PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

YUDRIK JAHJA

PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

Yudrik Jahja

PSIKOLOGI PERKEMBANGAN
Edisi Pertama

Perpustakaan Nasional: Katalog Dalam Terbitan (KDT)
ISBN 978-602-8730-44-0 370. 15
15 x 23 cm
xii, 490 hlm
Cetakan ke-4, September 2015
Cetakan ke-3, September 2013
Cetakan ke-2, September 2012
Cetakan ke-1, Februari 2011

Kencana. 2011.0309

Penulis
Yudrik Jahja

Desain Cover
Circlestuff Design

Penata Letak
Y. Rendy

Percetakan
Kharisma Putra Utama

Divisi Penerbitan
K E N C A N A

Penerbit
PRENADAMEDIA GROUP
Jl. Tambra Raya No. 23 Rawamangun - Jakarta 13220
Telp: (021) 478-64657 Faks: (021) 475-4134
e-mail: pmg@prenadamedia.com
www.prenadamedia.com
INDONESIA

KATA PENGANTAR

Tiada kata yang lebih indah daripada bersyukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan nikmat, rahmat, taufik, serta hidayahnya.

Psikologi dalam perkembangannya banyak dipengaruhi oleh ilmu-ilmu lain misalnya filsafat, sosiologi, fisiologi, antropologi, biologi. Pengaruh ilmu ini terhadap psikologi dapat dalam bentuk landasan epistemologi dan metode yang digunakan. Subjek dan objek pendidikan adalah manusia (individu). Psikologi memberikan wawasan bagaimana memahami perilaku individu dalam proses pendidikan dan bagaimana membantu individu agar dapat berkembang optimal.

Adapun arti dari psikologi perkembangan ialah suatu ilmu yang merupakan bagian dari psikologi. Dalam ruang lingkup psikologi, ilmu ini termasuk psikologi khusus, yaitu psikologi yang mempelajari kekhususan daripada tingkah laku individu.

Pada dasarnya, para ahli sepakat mengambil kesimpulan bahwa *psikologi perkembangan* adalah sebuah studi yang mempelajari secara sistematis perkembangan perilaku manusia secara ontogeni, yaitu *mempelajari struktur jasmani, perilaku, maupun fungsi mental manusia sepanjang rentang hidupnya dari masa konsepsi hingga menjelang mati*.

Berdasarkan hal tersebut, penulis mencoba membuat buku psikologi perkembangan secara sederhana, agar para pembaca mendapatkan sedikit masukan mengenai psikologi perkembangan dan dapat

menganalisis bersama, sehingga pemahaman dari psikologi perkembangan ini bertambah luas.

Harapan penulis, semoga buku ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang terkait dengan pendidikan. Sehingga dapat turut mengoptimalkan perkembangan manusia dalam pembelajaran pada setiap proses belajar mengajar.

Penulis menyadari masih kurang sempurnanya buku ini dikarenakan keterbatasan ilmu, pengetahuan, kemampuan, dan pengalaman yang penulis miliki. Oleh karena itu, kritik dan saran sangat diharapkan demi kesempurnaan buku ini.

Penulis,

DAFTAR ISI

BAB 1

KONSEP DASAR PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

Dalam siklus kehidupannya, manusia pasti mengalami proses perkembangan baik dari segi fisik maupun psikologisnya. Jika, Anda melihat potret diri Anda semasa bayi, tahulah Anda bahwa selama ini secara pasti Anda telah beubah. Misalnya, dari seorang yang tidak berdaya, sampai menjadi seorang mahasiswa seperti saat ini. Bagaimana hal ini dapat terjadi? Apakah Anda yang sekarang tetap Anda yang dahulu juga? Dari hal ini terlihat bahwa manusia mengalami perkembangan sejak bayi, masa kanak-kanak, remaja, dewasa, sampai masa tua.

Dalam proses perkembangan, jelas adanya perubahan-perubahan yang meliputi aspek fisik, intelektual, sosial, moral, bahasa, emosi dan perasaan, minat, motivasi, sikap, kepribadian, bakat, dan kreatifitas. Di mana dalam setiap aspek tersebut pada dasarnya membuat kombinasi-kombinasi atau hubungan baru yang kemudian membentuk spesialisasi fisik dan psikologis yang berbeda antara manusia yang satu dan lainnya.

Adanya kombinasi dan perbedaan, menyebabkan adanya persaingan dan rasa saling membutuhkan antara manusia yang satu dan lainnya. Dengan demikian, pola perilaku manusia dapat menunjukkan kesempatan apa yang akan diperoleh untuk mengembangkan kepopulerannya dalam kelompok terhadap mereka yang berlatar belakang ras, agama, sosial-ekonomi yang berbeda akan memperbaiki mereka yang mempunyai standar penampilan dan perilaku yang berbeda.

Namun sebelum pada penerapannya, adalah lebih baik bagi kita untuk mengetahui terlebih dahulu pengertian dari aspek-aspek perkembangan tersebut, beserta konsep-konsep yang melatarbelakanginya, serta faktor dan aspek pendukung teori-teori yang disampaikan oleh para ahli psikologi (khususnya psikologi perkembangan).

Psikologi (dari bahasa Yunani kuno: *psyche* = jiwa dan *logos* = kata) dalam arti bebas psikologi adalah ilmu yang mempelajari tentang jiwa/mental. Psikologi tidak mempelajari jiwa/mental ini secara langsung karena sifatnya yang abstrak, tetapi psikologi membatasi pada manifestasi dan ekspresi dari jiwa/mental tersebut yakni berupa tingkah laku dan proses atau kegiatannya, sehingga psikologi dapat didefinisikan sebagai ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku dan proses mental. Jadi, pengertian psikologi secara harfiah adalah ilmu tentang jiwa. Woodwoth dan Marquis mengemukakan "*psychology is the scientific study of the individual activities in relation to environment.*"

Istilah psikologi digunakan pertama kali oleh seorang ahli berkebangsaan Jerman yang bernama Philip Melancchton pada 1530. Istilah psikologi sebagai ilmu jiwa tidak digunakan lagi sejak 1878 yang dipelopori oleh J.B. Watson sebagai ilmu yang mempelajari perilaku karena ilmu pengetahuan menghendaki objeknya dapat diamati, dicatat dan diukur, jiwa dipandang terlalu abstrak, dan jiwa hanyalah salah satu aspek kehidupan individu. Psikologi dapat disebut sebagai ilmu yang mandiri karena memenuhi syarat sebagai berikut:

1) Secara sistematis psikologi dipelajari melalui penelitian-penelitian ilmiah dengan menggunakan metode ilmiah.
2) Memiliki struktur keilmuan yang jelas.
3) Memiliki objek formal dan material.
4) Menggunakan metode ilmiah seperti eksperimen, observasi, *case history*, *test, and measurement*.
5) Memiliki terminologi khusus seperti bakat, motivasi, inteligensi, kepribadian.
6) Dapat diaplikasikan dalam berbagai adegan kehidupan.

Psikologi dalam perkembangannya banyak dipengaruhi oleh ilmu-ilmu lain misalnya filsafat, sosiologi, fisiologi, antropologi, dan biologi. Pengaruh ilmu ini terhadap psikologi dapat dalam bentuk landasan epistemologi dan metode yang digunakan. subjek dan objek pendidikan ialah manusia (individu). Psikologi memberikan wawasan bagaimana memahami perilaku individu dalam proses pendidikan dan bagaimana membantu individu agar dapat berkembang optimal melalui layanan bimbingan dan konseling.

Bimbingan konseling merupakan salah satu sumbangan psikologi perkembangan dalam pendidikan merupakan penuntun bagi seseorang yang memiliki tekanan psikis. Dalam penerapannya, bimbingan konseling ini menjadi salah satu penyalur solusi bagi siswa yang mempunyai masalah yang mungkin mengganggu kegiatan belajarnya. Peran demikian yang harus dikembangkan di setiap sekolah-sekolah agar siswa dapat dengan mudah menjalani aktifitas belajarnya dan memperoleh hasil yang baik untuk masa depannya.

HAKIKAT PSIKOLOGI

A. Sejarah Psikologi Perkembangan

Sebagai bagian dari ilmu pengetahuan, psikologi melalui sebuah perjalanan panjang. Bahkan sebelum Wundt mendeklarasikan laboratoriumnya tahun 1879—yang dipandang sebagai kelahiran psikologi sebagai ilmu—pandangan tentang manusia dapat ditelusuri jauh ke masa Yunani kuno. Dapat dikatakan bahwa sejarah psikologi sejalan dengan perkembangan intelektual di Eropa, dan mendapatkan bentuk pragmatisnya di Benua Amerika.

Sebelum mempelajari psikologi perkembangan, perhatian berawal pada pemahaman yang mendalam pada anak-anak. Dasar pemikiran merujuk bahwa penelitian dan buku-buku tentang anak sedikit, pemahaman terhadap seluk-beluk kehidupan anak sangat bergantung pada keyakinan dan tradisional yang bersumber pada spekulasi para filsuf dan teolog tentang anak dan latar belakang perkembangannya, serta pengaruh keturunan dan lingkungan terha-

dap kejiwaan anak. Oleh karena itu, salah seorang filosof Plato mengatakan bahwa perbedaan-perbedaan individual mempunyai dasar genetis. Potensi idividu dikatakannya telah ditentukan oleh faktor keturunan. Artinya, sejak lahir anak telah memiliki bakat-bakat atau benih-benih kemampuan yang dapat dikembangkan melalui pengasuhan dan pendidikan.

Walaupun Plato tidak dapat memberikan bukti langsung dalam menunjang spekulasinya, namun tampak jelas bahwa menurunnya anak merupakan miniatur orang dewasa. Anggapan ini tampak bahwa semua keterampilan, kemampuan, dan pengetahuan yang tampil di kemudian hari setelah dewasa merupakan bawaan sejak lahir (*innate ideas*), pendidikan tidak lain hanyalah upaya untuk menarik potensi keluar, namun tidak menambahkan sesuatu yang baru. Perkembangan dianggap sebagai suatu pertumbuhan semata. Jadi, anak merupakan miniatur orang dewasa mengandung arti bahwa anak berbeda secara kuantitatif dengan orang dewasa bukan secara kualitatif.

Pada abad pertengahan, masyarakat tidak memberikan status apa pun kepada anak-anak, bahkan lukisan kuno proporsi tubuh anak-anak sering digambarkan sama dengan proporsi tubuh orang dewasa. Anak-anak diberi pakaian model pakaian orang dewasa dalam ukuran kecil. Segera setelah anak dapat berjalan dan berbicara, mereka bergabung dengan orang dewasa sebagai anggota masyarakat, memainkan permainan dan mengerjakan tugas-tugas yang sama dengan orang dewasa.

Anggapan terhadap anak sebagai miniatur orang dewasa ternyata membawa implikasi penting dalam dunia pendidikan. Proses-proses yang mendasari cara berpikir dan berbuat anak dianggap sama seperti orang dewasa. Apabila anak berpikir dan melakukan perbuatan yang menyimpang dari standar orang dewasa, anak dianggap bodoh atau tolol dan apabila anak-anak melanggar norma-norma sosial dan moral, dianggap berbuat jahat dan harus diberikan hukuman seperti orang dewasa.

Pada abad ke-17, seorang filosof Inggris John Locke (1632-1704), menyatakan bahwa pengalaman dan pendidikan merukan faktor yang

paling menentukan dalam perkembangan anak, dia tidak mengakui adanya kemampuan bawaan (*innate knowledge*). Menurut Locke, isi kejiwaan anak ketika dilahirkan diibaratkan secarik kertas kosong, di mana corak dan bentuk kertas ini sangat ditentukan bagaimana cara kertas ini ditulisi. Locke memberi istilah tabula rasa (Blank Slate), mengungkapkan pentingnya pengaruh pengalaman dan lingkungan hidup terhadap perkembangan anak. Jean Jaccques Rousseau (1712-1778), filosof Perancis abad ke-18 berpandangan bahwa anak berbeda secara kualitatif dengan orang dewasa. Rousseau menolak pandangan bahwa bayi adalah makhluk pasif yang perkembangannya ditentukan oleh pengalaman, dan menolak anggapan bahwa anak merupakan orang dewasa yang tidak lengkap dan memperoleh pengetahuan melalui cara berpikir orang dewasa. Sebaliknya, Rousseau beranggapan bahwa sejak lahir anak adalah makhluk aktif dan skua bereksplorasi. Oleh karena itu, anak harus dibiarkan untuk memperoleh pengetahuan dengan caranya sendiri melalui interaksinya dengan lingkungan.

Rousseau dalam bukunya *Emile ou L'education* (1762), menolak, pandangan bahwa anak memiliki sifat bawaan yang buruk (innate bad), dia menegaskan bahwa "*All thinks are good as they come out of the hand of their creator, but everything degenates in the hand of man*" (segala-galanya adalah baik sebagaimana keluar dari tangan sang pencipta, tetapi segala-galanya memburuk dalam tangan manusia). Pandangan ini dikenal dengan Noble Savage, ungkapan ini mengandung arti bahwa anak ketika lahir telah membawa segi-segi moral (hal-hal yang baik dan buruk, benar dan salah yang dapat berkembang secara alami dengan baik), jika kemudian terdapat penyimpangan dan keburukan, hal ini dikarenakan pengaruh lingkungan dan pendidikan.

Pandangan Plato, Locke, dan Rousseau pada dasarnya bersifat spekulatif, walaupun pada abad ke-18 telah ada penelitian-penelitian tentang anak seperti Johan Heinrich Pestalozzi (1946-1827) ahli pendidikan dari Swiss, Dietrich Tiedemen (1787) tabib dari Jerman, namun penelitian yang sungguh-sungguh terhadap perkembangan

anak-anak baru dimulai pada abad ke-19 yang dipelopori oleh Charles Darwub dan Wilhem Wundt.

Pada abad ke-20, studi sistematis tentang perkembangan anak semakin berkembang secara signifikan. Penelitian yang dilakukan bersifat deskriptif yang lebih ditekankan pada ciri-ciri khas secara umum, golongan umur, dan masa depan perkembangan tertentu. Predisposisi mendeskripsikan gejala perkembangan manusia secara mendetail ialah penting dalam perkembangan disiplin ilmu. Oleh karena itu, untuk perkembangan pemahaman tentang perkembangan anak, diperlukan prinsip teoretis sebagai dasar observasi yang tidak hanya sekadar mendeskripsikan. Pada pertengahan abad-20, J.B. Watson (*Behaviorism Theory*), memperkenalkan prinsip-prinsip "*Classical Conditioning*" menjelaskan perkembangan tingkah laku, menurutnya prinsip-prinsip belajar dan prinsip *conditioning* dapat diterpakan pada semua perkembangan.

Karya Watson membawa perkembangan pada teori psikologi perkembangan, meskipun menimbulkan pertentangan seperti Sigmun Freud dengan teori psikoanalisisnya, dan inilah yang menyebabkan berkurangnya minat terhadap psikologi perkembangan, namun setidaknya ada tiga faktor yang mendorong pengaktifan kembali psikologi perkembangan memasuki periode baru dalam bidang studi perkembangan, yaitu:

a. Terjadinya perubahan orientasi dalam riset-riset psikologi perkembangan hingga bersifat eksperimental dengan pengukuran dan pengontrolan eksperimen yang terbukti sangat berhasil digunakan dalam proses eksperimen umum.
b. Ditemukan kembali hasil karya J. Piaget (Swiss) mengenai teori kognisi yang beranggapan bahwa perkembangan ditentukan oleh pengaruh lingkungan dan perkembangan individu terjadi sebagai hasil interaksi yang konstan antara individu dan tuntutan lingkungan.
c. Adanya minat baru terhadap asal mula tingkah laku (*origin of behavior*), ditandai dengan meningkatnya riset terhadap bayi-bayi.

Peningkatan ini didorong dengan adanya alat-alat modern dan teknik pencatatan (*recording*) yang makin baik.

B. Pengertian Psikologi Perkembangan

Sebelum kita mengetahui arti dari psikologi perkembangan secara keseluruhan, kita terlebih dahulu perlu mengetahui arti dari psikologi itu sendiri.

Psikologi berasal dari bahasa Yunani *psyche* yang artinya jiwa. *Logos* berarti ilmu pengetahuan. Jadi, secara etimologi psikologi berarti: "ilmu yang mempelajari tentang jiwa, baik mengenai gejala, proses maupun latar belakangnya". Namun pengertian antara ilmu jiwa dan psikologi sebenarnya berbeda atau tidak sama (menurut Gerungan) karena:

1. Ilmu jiwa adalah ilmu jiwa secara luas termasuk khayalan dan spekulasi tentang jiwa itu.
2. Ilmu psikologi adalah ilmu pengetahuan mengenai jiwa yang diperoleh secara sistematis dengan metode-metode ilmiah.

'Psikologi' didefinisikan sebagai kajian saintifik tentang tingkahlaku dan proses mental organisme. Tiga ide penting dalam definisi ini ialah; *'saintifik', tingkah laku',* dan *'proses mental'*. *Saintifik* bermakna kajian yang dilakukan dan data yang dikumpulkan mengikuti prosedur yang sistematik. Walaupun kaidah saintifik diikuti, ahli-ahli psikologi perlu membuat pelbagai inferen atau tafsiran berdasarkan temuan yang diperoleh. Ini dikarenakan subjek yang dikaji ialah hewan dan manusia dan tidak seperti sesuatu sel (seperti dalam kajian biologi) atau bahan kimia (seperti dalam kajian kimia) yang secara perbandingan lebih stabil. Manakala mengkaji tingkah laku hewan atau manusia memang sukar dan perlu kerap membuat inferen atau tafsiran.

Mussen dan Rosenzwieg (1975) dalam E. Usman Efendi dan Juhaya, S. Praja (1985) "*The Study of Mind*" atau ilmu yang mempelajari tentang pikiran. Sejalan dengan perkembangan ilmu pengetahuan, kata *mind* beubah menjadi tingkah laku. Sehingga psikologi didefi-

nisikan sebagai "Ilmu yang mempelajari tentang tingkah laku manusia".

L. Crow, A. Crow (terjemahan Abd. Abror, 1989) mendefinisikan psikologi sebagai berikut: "*psychology is the study of human behavior and human relationship*". Dari definisi ini, yang dipelajari psikologi ialah tingkah laku manusia yaitu interaksi manusia dengan dunia sekitarnya, baik yang berupa manusia lain (*human relationship*) maupun yang bukan manusia; hewan, iklim, dan kebudayaan.

Sertain (dalam M. Ngalim Purwanto, 1984), P*sychology is the scientific study of behavior of living organism, with special attention given to human behavior* (secara bebas diterjemahkan, psikologi adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku organisme yang hidup, terutama tingkah laku manusia). Berdasarkan definisi psikologi tersebut, maka psikologi dapat diartikan sebagai ilmu pengetahuan yang mempelajari dan mengkaji tingkah laku manusia dalam hubungan dengan lingkungan.

Dalam pengertian tersebut, terdapat beberapa unsur yaitu:

1. Ilmu pengetahuan; yaitu suatu kumpulan pengetahuan yang tersusun secara sistematis dan mempunyai metode tertentu yang bersifat ilmiah.
2. Tingkah laku; yaitu segala manifestasi hayati yang meliputi tingkah laku kognitif, afektif, konatif, dan motorik.
3. Lingkungan; yaitu tempat di mana manusia hidup, berinteraksi, menyesuaikan dan mengembangkan dirinya. Secara garis besar, lingkungan dibedakan atas lingkungan dalam (*internal environment*) dan lingkungan luar (*external environment*).

Pendefinisian kata psikologi sangat sulit diartikan oleh para sarjana ketika psikologi tidak lagi bagian dari ilmu filsafat. Dengan dibuktikannya tokoh sarjana yang bernama Wilhelm Wundt mendirikan Laboratorium Psikologi pertama kali di Leipzig, para tokoh lainnya setelah Wilhelm Wundt turut menyumbangkan pemikiran-pemikirannya untuk dapat mendefinisikan kata dari psikologi yang sebenar-benarnya. Masalah yang dihadapi dalam mendefinisi-

kan psikologi adalah banyak sekali aliran-aliran atau pendapat yang didefinisikan oleh para sarjana di masa itu. Ada yang mendefinisikan psikologi adalah ilmu jiwa dan tingkah laku, dan ada juga yang menyatukan dan memisahkan antara jiwa dan tingkah laku. Sampai di sini pendefinisian psikologi adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku. Pengertian tingkah laku jelas sudah jauh lebih nyata daripada pengertian jiwa. Karena jiwa tidak dapat diukur secara objektif. Maka pendefinisian yang sekarang masih dipakai ialah ilmu yang mempelajari tingkah laku dan mental manusia.

1. Masa Yunani kuno

Para pemikir di masa Yunani kuno telah tertarik pada gejala-gejala kejiwaan tetapi mereka belum dapat menerangkan gejala-gejala ini secara ilmiah. Mereka menerangkan gejala-gejala kejiwaan melalui mitologi. Sehingga cara pendekatan seperti ini disebut cara pendekatan yang naturalistis. Beberapa sarjana Yunani yang menggunakan cara pendekatan naturalistis ini akan dibicarakan di bawah ini.

1. Thales (624-547 SM)

   Thales sering disebut sebagai *Bapak Filsafat*. Ia yakin bahwa jiwa dan hal-hal supernatural lainnya tidak ada, karena gejala sesuatu yang ada harus dapat diterangkan dengan gejala alam (*natural phenomena*) dan ia percaya bahwa segala sesuatu yang ada itu berasal dari air. Karena jiwa tidak mungkin berasal dari air, maka jiwa itu dianggapnya tidak ada.

2. Anaximander (610-546 SM)

   Dia mengatakan bahwa segala sesuatu berasal dari sesuatu yang tidak tentu.

3. Anaximenes (Abad ke-6 SM)

   Segala sesuatu berasal dari udara.

4. Empedocles (493-433 SM)

   Ia mengatakan bahwa ada empat elemen dasar dalam alam semesta ini yaitu bumi atau tanah, udara, api dan air. Ia juga me-

ngatakan pula bahwa manusia terdiri dari tulang, usus, dan otot yang merupakan unsur dari tanah. Cairan berasal dari air, Adapun sebagai pendukung dari elemen-elemen atau fungsi hidup itu dikatakannya unsur udara.

5. Hippocrates (460-433 SM)

   Tokoh yang dikenal sebagai *Bapak Ilmu Kedokteran*. Pandangan ia mendasar pada teori Empedocles, mengatakan bahwa manusia dapat dibagi-bagi dalam empat golongan berdasarkan temperamennya, yaitu:

   - Sanguine : Tempramennya penggembira.
   - Melankolik : Tempramennya pemurung.
   - Kholerik : Tempramennya bersemangat dan gesit.
   - Phlegmatik : Tempramennya lamban.

6. Democritus (460-370 SM)

   Pandangannya bahwa seluruh realitas yang ada di dunia ini terdiri dari partikel-partikel yang tidak dapat dibagi-bagi lagi (*indivisible particles*) yang kelak oleh Einstein akan diberi nama atom. Cara berpikir Democritus ini ialah cara berpikir yang mengikuti prinsip-prinsip mekanistis dan materialitis. Jiwa dan badan berasal dari unsur-unsur yang sama dan tunduk pada hukum-hukum yang sama. Pandangan ini disebut pandangan monoisme. Di samping itu, ada pandangan dualisme, yaitu pandangan yang memisahkan jiwa dan badan. Di bawah ini merupakan tokoh-tokoh yang menganut pandangan dualisme.

7. Socrates (469-399 SM)

   Pada diri setiap manusia terpendam jawaban mengenai berbagai persoalan dalam dunia nyata. Masalahnya ialah pada orang-orang itu, kebanyakan mereka tidak menyadari bahwa dalam dirinya terpendam jawaban bagi persoalan-persoalan yang dihadapinya. Dengan metode tanya jawab yang disebut Metode Socratis (*Socratic Method*) ini akan timbul pengertian yang disebut *maieutics*. *Maieutics* dikembangkan oleh Carl R. Rogers menjadi teknik dalam psikoterapi yang disebut Teknik Non-Direktif, di

mana psikolog atau psikoterapis berusaha menggali persoalan-persoalan dalam diri pasien sendiri sedemikian rupa sehingga pasien menyadari sendiri persoalan-persoalannya ini tanpa terlalu diarahkan oleh psikolog atau psikoterapis.

8. PLATO (427-347 SM)

   Seorang penganut dualisme yang sebenar-benarnya. Bahwa dunia kejiwaan berisi ide-ide yang berdiri sendiri dan terlepas dari pengalaman hidup sehari-hari. Hal ini terutama terdapat pada orang dewasa dan kaum intelektual. Pada orang dewasa dan kaum intelektual, orang dapat membedakan mana yang jiwa dan mana yang badan tetapi anak-anak sebaliknya. Jiwa yang berisi ide-ide ini oleh Plato diberi nama *psyche*. Menurut Plato, *psyche* terdiri dari tiga bagian, yaitu:

   - Berpikir, berpusat di otak (*Logistion*).
   - Berkehendak, berpusat di dada (*Thumention*).
   - Berkeinginan, berpusat du perut (*Abdomen*).

   Pembagian *psyche* ke dalam tiga bagian ini disebut *trichotomi* dari Plato. Hubungan dengan pembagian kelas dalam masyarakat. Plato mengatakan bahwa, masyarakat terbagi dalam tiga kelas, yaitu:

   - Filsuf :Mempunyai fungsi berpikir dalam masyarakat.
   - Serdadu: Mempunyai fungsi untuk berperang.
   - Pekerja: Mempunyai fungsi untuk memenuhi keinginan masyarakat akan kebutuhan sekunder dan primer.

   Plato sering disebut sebagai seorang rasionalis atau penganut paham rasionalisme, yaitu paham yang mementingkan rasio (akal) di atas fungsi-fungsi kejiwaan yang lain. Tokoh pemula dari paham *individual difference*, yaitu paham yang mengatakan bahwa manusia itu berbeda dengan manusia lainnya.

9. Aristoteles (384-322 SM)

   Ia adalah murid Plato yang kemudian terkenal dengan pikiran-pikirannya sendiri yang berbeda dari gurunya. Aristoteles ya-

kin bahwa segala sesuatu yang berbentuk kejiwaan (*form*) harus menempati suatu wujud tertentu (*matter*). Wujud ini pada hakikatnya merupakan pernyataan atau ekspresi dari jiwa. Aristoteles sering disebut sebagai penganut paham Empirisme. Karena segala sesuatu harus bertitik tolak dari realita, yaitu dari *matter* ini. *Matter* yang dapat diketahui dari pengamatan atau pengalaman empiris merupakan sumber utama dari pengetahuan.

2. Psikologi Dalam Pandangan Tokoh-Tokoh Gereja

1. St. Augustine (354-430 SM)

   Ia mengatakan bahwa manusia pada dasarnya bersumber pada alam. Dalam diri manusia sudah terberi oleh alam dua dorongan, yaitu dorongan jahat dan baik. Dorongan jahat harus ditekan atau dilawan tetapi dorongan baik harus dirangsang agar tumbuh terus mencapai kesempurnaan kepribadian.

2. St. Thomas Aquinas (1225-1274S M)

   Ia tidak membenarkan pendapat kebanyakan orang pada waktu itu yang mencampurkan jiwa (*mind*) dan roh (*soul*). Tingkah laku manusia menurut Aquinas selalu mengandung pilihan dan manusia selau bertanggung jawab atas pilihannya sendiri. Ia tidak percaya pada pendapat yang mengatakan bahwa tingkah laku manusia ditentukan oleh faktor-faktor yang terjadi sebelumnya atau pengalaman-pengalaman masa lalu dari manusia, melainkan ia percaya bahwa manusia melakukan sesuatu atas pilihan untuk mencapai suatu tujuan di masa depan. Ia bahkan sering disebut-sebut sebagai *Bapak Psikologi Rasional*.

3. Psikologi Dalam Masa Renaisans

1. Francis Bacon (1561-1626 SM)

   Di tengah-tengah lahir kembali kebudayaan Eropa abad ke-14, Francis Bacon muncul dengan konsep penting. Bahwa ia menolak pandangan yang rasionalistis yang menganggap bahwa rasiolah yang terpenting dalam ilmu pengetahuan. Sebaliknya yang juga

menolak pendapat Aristoteles bahwa material yang terpenting tidak dapat diubah-ubah lagi. Ia mengemukakan metode induktif untuk mencari kebenaran umum dengan mempelajari beberapa hal atau sejumlah hal yang khusus. Hanya dengan metode induktif inilah ilmu pengetahuan dapat mencapai kebenaran objektif.

2. Rene Descartes (1596-1650 SM)

   Seorang ahli matematika, ahli ilmu faal dan ahli filsafat. Konsepnya tentang psikologi yaitu: *Psikologi adalah ilmu yang mempelajari kesadaran*. Jadi, kesadaran adalah faktor yang sangat menentukan dalam psikologi. Karena itu sampai sekarang aliran-aliran psikologi mementingkan kesadaran yang disebut juga sebagai psikologi cartian. Suatu rangsangan yang diterima oleh alat indra diteruskan melalui saraf-saraf ke otak dan otak mengolah impuls yang masuk itu untuk kemudian memberi instruksi-instruksi kepada anggota tubuh melalui saluran-saluran saraf pula, agar anggota tubuh itu bergerak. Dengan singkat Rene Descartes berpendapat bahwa ada dua macam tingkah laku, yaitu tingkah laku mekanis yang terdapat pada hewan dan merupakan sebagian dari tingkah laku manusia, tingkah laku rasional yang hanya terdapat pada manusia.

3. THOMAS HOBBES (1588-1679 SM)

   Tokoh empirisme dan asosiasionisme dari Inggris yang terkenal ini mengemukakan *teori mekanis* dalam psikologi. Semboyannya ialah "*all that exists is matter; all that occurs is motion*" (segala yang ada adalah wujud; segalanya yang muncul ialah gerak). Dalam teori mekanisnya ia membedakan antara dasar dan tujuan dan tingkah laku. Dua motivasi dari tingkah laku merupakan selera atau nafsu untuk mendekati sesuatu dan kecenderungan untuk membenci atau meninggalkan sesuatu. Di lain pihak tujuan tingkah laku adalah untuk memenuhi kepentingan diri sendiri. Dikatakan oleh Hobbes bahwa pada hakikatnya semua orang bersifat mementingkan diri sendiri, tetapi dalam rangka melindungi kepentingan diri sendiri inilah justru manusia terpaksa harus mengakui hak-hak orang lain. Sebagai seorang asosiasio-

nis mengemukakan bahwa perlu dibedakan antara dua macam asosiasi, yaitu *asosiasi bebas* di mana suatu ide dapat dikaitkan dengan ide lain yang mana saja yang kebetulan muncul dalam pikiran orang yang bersangkutan, dan *asosiasi terkontrol* di mana suatu ide hanya dikaitkan dengan ide-ide lain dalam arah tertentu yang dikehendaki sendiri oleh orang yang bersangkutan.

4. Masa Titik Terang dalam Psikologi

1. John Lock (1632-1704 SM)

   Tokoh yang memberikan titik terang dalam perkembangan psikologi, karena teori-teorinya seakan-akan memberikan perspektif baru pada pemikiran-pemikiran para sarjana yang berminat pada psikologi di waktu itu. Teorinya yang sangat penting tentang gejala kejiwaan ialah bahwa jiwa itu pada saat mula-mula seseorang dilahirkan masih bersih bagaikan sebuah *tabularasa*. Dalam bukunya, *Essay Concerning Human Understanding* (1690), John Lock mengemukakan bahwa jiwa manusia dihubungkan dengan dunia luar melalui pancaindra. Dikatakan selanjutnya bahwa benda-benda yang berada di luar diri manusia, setelah ditangkap oleh pancaindra diteruskan ke dalam jiwa manusia dan di sana ditangkap sebagai ide-ide. Ide-ide yang terbentuk dari pengindraan objek-objek ini disebut sebagai ide simple.

2. Gottfried Wilhelm Leibniz (1646-1716 SM)

   Kira-kira semasa dengan John Locke di Jerman muncul seorang tokoh yang sebenar-benarnya ialah seorang ahli matematika, tetapi dikenal sebagai pelopor psikologi di Jerman. Ia menerangkan hubungan antara badan dan jiwa dengan mengemukakan *teori kesejajaran psikofisik*. Bahwa badan dan jiwa masing-masing berdiri sendiri–sendiri, tetapi keduanya tunduk pada hukum-hukum yang serupa. Sebagai seorang ahli matematika, Leibniz berpendapat bahwa tingkah laku manusia diatur oleh hukum-hukum yang analog dengan hukum mekanika. Menurui Leibniz tingkah laku manusia sama dengan sifat mekanis hewan. Sehingga kita dapat mengetahui tingkah laku manusia dengan melihat

serentetan pola hidup manusia tersebut.

3. George Berkeley (1685-1753)

   Ia lahir di Irlandia merupakan seorang yang sangat pandai. Dalam usia masih muda, ia telah masuk perguruan tinggi di Inggris. Beberapa karyanya yaitu *New Theory of Vision* (1709) dan *Principles of Human Knowledge* (1710). Berkeley cenderung menyetujui paham Descartes daripada teori John locke. Ia berpendapat bahwa wujud *(matter)* adalah bukan realita, bukan kenyataan, jadi tidak rill. Yang rill ialah segala sesuatu yang ada dalam jiwa kita saja yaitu ide. Ide adalah suatu kenyataan yang mutlak, yang tidak dapat dibantah lagi kebenarannya. Segala sesuatu bukanlah berasal dari wujud atau objek yang dipersepsikan dan mempengaruhi timbulnya ide, tetapi justru idelah yang mempengaruhi objek atau wujud.

5. Aliran Asosiasionisme

1. James Mill (1773-1836)

   Tokoh kelahiran Skotlandia ini menamatkan pendidikannya di Universitas Edinburgh dalam bidang teologi. Ia memulai karirnya sebagai pendeta tetapi tidak lama kemudian ia meninggalkan jabatannya ini, karena khotbah-khotbahnya tidak dimengerti oleh jemaatnya. Salah satu karyanya yaitu *Analysis of phenomena of the Human Mind*. Pandangan Mill sebagaimana dikemukakannya dalam buku ini pada hakikatnya tidak jauh berbeda dengan pandangan John Locke tentang ide. Disini Mill membedakan antara pengindraan dan ide. Pengindraan adalah hasil kontak langsung pada alat indra manusia dengan rangsangan-rangsangan yang datang dari luar dirinya. Ide adalah semacam salinan dari pengindraan itu yang muncul dalam ingatan seseorang. Ia beranggapan bahwa adalah sulit untuk memisahkan pengindraan dari ide, karena pengindraanlah yang menimbulkan ide dan ide tak mungkin ada tanpa seseorang mengalami pengindraan ter-

lebih dahulu.

2. Jhon Stuart Mill (1806-1873)

   Ia dilahirkan di London. Pada masa kecilnya ia tidak pernah duduk di bangku sekolah karena ia mendapat pendidikan langsung dari ayahnya James Mill. Buku yang terkenal *The Logic*, baru diedarkan pada 1843, padahal ia telah selesai menyusun buku ini pada tahun ayahnya meninggal. Buku yang banyak mengandung perbedaan pendapat dengan pendapat ayahnya. Itu, baru diterbitkan tujuh tahun setelah ayahnya meninggal. Ia membuktikan betapa Jhon Stuart Mill dipengaruhi oleh otoritas ayahnya. Sehingga ia memerlukan waktu sedemikian lama untuk membebaskan diri dari otoritas itu.

6. Psikologi Secara Ilmiah Semu

Sementara para sarjana dari segala bidang berusaha mencoba menerangkan gejala-gejala kejiwaan secara ilmiah, baik dari sudut filsafat, dari sudut ilmu faal, ilmu pasti, dan ilmu kedokteran. Ada pula sarjana-sarjana yang mengajukan teori-teori mengenai psikologi yang sesungguhnya tidak didasarkan pada metode-metode ilmiah. Yang mereka lakukan ialah menyusun pengetahuan-pengetahuan yang ada dan dapat dikumpulkan mengenai gejala-gejala kejiwaan dan mensistematiskan pengetahuan-pengetahuan itu. Karena pengetahuan-pengetahuan ini telah tersusun secara sistematik, maka tampaknya seperti telah ilmiah. Padahal tidak ada yang dapat dibuktikan secara empiris metodologis. Maka mereka digolongkan orang-orang yang menggunakan ilmu semu (*pseudoscience*) yaitu:

1. Phrenologi

   Franz Joseph Gall (1758-1828), seorang dokter dan profesor anatomi dari Wina, percaya bahwa jiwa terbagi-bagi ke dalam 42 bagian seperti ingatan, kemarahan, dorongan menghancurkan, penglihatan, kesadaran akan waktu, dan harga diri. Gall menyusun teori yang bersifat ilmiah semu bahwa bagian-bagian kejiwaan yang 42 tadi juga diwakili di tempat-tempat tertentu

di otak. Misalnya di sekitar kelopak mata bagian atas terdapat pusat-pusat dari bagian pengindraan besar, berat dan bentuk; di atas dan belakang daun telinga terdapat pusat-pusat bagian penghancur dan vitalitas; dan di dahi terdapat pusat ingatan. Demikian seakan-akan terdapat sebuah peta di atas tengkorak kepala dan dengan meraba dapat diketahui kejiwaan mana yang menonjol. Gall sendiri menamakan ilmu semunya ini kraniognom (*craniognomy*), tetapi kemudian menjadi lebih terkenal dengan nama phrenology.

2. Phisiognomi

   Ilmu semu ini mengajarkan bahwa kepribadian seseorang dicerminkan dalam raut mukanya. Salah satu tokohnya yaitu Cesare Lombroso (1835-1909). Ia percaya bahwa sifat-sifat orang telah ada sejak lahir dan tidak akan beubah-ubah lagi dalam hidupnya. Dengan perkataan lain, berdasarkan raut muka tertentu Lombroso menggolongkan manusia dalam dua tipe, yaitu tipe penjahat dan bukan penjahat. Phisiognomi dalam arti yang sangat luas,yaitu bukan sekadar mengenai raut muka melainkan seluruh bentuk tengkorak, kita dapati pada teknik pengenalan kepribadian melalui indeks tengkorak kepala. Indeks tengkorak kepala ini kita peroleh dengan cara menghitung perbandingan panjang dan lebar tengkorak, atau juga menambahkan jarak antara atap tengkorak hingga bagian dasar dari tengkorak Dengan cara ini dapat diperoleh tiga tipe tengkorak, yaitu:

   a. *Dolicocehalic* (kepala panjang).
   b. *Brachycephalic* (kepala bulat).
   c. *Mesocephalic* (kepala yang berbentuk antara panjang dan bulat).

   Tiap-tiap bentuk kepala atau tengkorak itu menunjukkan adanya sifat-sifat tertentu atau ciri-ciri kepribadian tertentu yang merupakan pembawa rasial dan tidak dapat diubah-ubah. Jadi, ciri kepribadian yang tampak pada seluruh bentuk tubuh.

3. Mesmerisme

   Pada perkembangan lebih lanjut, teknik magnetis dan mesmerisme ini diberi nama hipnotisme oleh seorang dokter berbangsa Skotlandia bernama James Braid (1795-1860). Hipnotisme ini kelak melalui Jean Martin Charcot (1825-1893) diajarkan kepada Sigmund Freud (1856-1939) yang kemudian mengembangkan teori psikoanalisis yang sangat terkenal itu.

4. Ilmu-Ilmu Semu lainnya
   a. Palmistri atau ilmu rajah tangan, yaitu teknik mengenali kepribadian seseorang melalui rajah tangannya.
   b. Astrologi atau ilmu perbintangan (horoskop), adalah ilmu tentang pengaruh peredaran bintang-bintang terhadap kepribadian.
   c. Numerologi, adalah ilmu yang mempelajari pengaruh angka-angka terhadap kepribadian menusia.

Dengan mempelajari pendapat para tokoh dalam pendefinisian kata psikologi, sehingga kita dapat mengetahui di belakang kesadaran manusia terdapat kualitas kejiwaan yang lain yang disebut ketidaksadaran dan justru di alam kesadaran itulah terletak beberapa konflik kejiwaan yang menyebabkan penyakit-penyakit kejiwaan.

Adapun arti dari psikologi perkembangan ialah suatu ilmu yang merupakan bagian dari psikologi. Dalam ruang lingkup psikologi, ilmu ini termasuk psikologi khusus, yaitu psikologi yang mempelajari kekhususan daripada tingkah laku individu. Adapun pengertian psikologi perkembangan menurut para ahli yaitu:

a. David G. Myers (1996) Psikologi perkembangan "*A branch of psychologu that studies physical, cognitive, and social change throughout the life span*"
b. Kevil L. Seifert & Robert J. Hoffnung (1994). Psikologi perkembangan "*The schientificy study of how thoughts, feeling, personalit, social relationships, and body of motor skill envolve as an individual grows older.*"

c. Linda L. Daidoff (1991). Psikologi Perkembangan adalah cabang psikologi yang mempelajari perubahan dan perkembangan struktur jasmani, perilaku, dan fungsi mental manusia yang dimulai sejak terbentuknya makhluk ini melalui pembuahan hingga menjelang mati.

d. M Lenner (1976) Psikologi perkembangan sebagai pengetahuan yang mempelajari persamaan dan perbedaan fungsi-fungsi psikologis sepanjang hidup (mempelajari bagaimana proses berpikir pada anak-anak, memiliki persamaan dan perbedaan, dan bagaimana kepribadian seseorang beubah dan berkembang dari anak-anak, remaja, sampai tua.

Pada dasarnya, para ahli sepakat mengambil kesimpulan bahwa psikologi perkembangan adalah sebuah studi yang mempelajari secara sistematis perkembangan perilaku manusia secara ontogeni, yaitu mempelajari struktur jasmani, perilaku, maupun fungsi mental manusia sepanjang rentang hidupnya (*life span*) dari masa konsepsi hingga menjelang akhir hayat.

C. Aliran Pikologi Perkembangan

1. Psikoanalisis

Aliran psikoanalis secara tegas memerhatikan struktur jiwa manusia. Pendiri aliran ini ialah Sigmund Freud. Fokus aliran ini ialah totalitas kepribadian manusia bukan pada bagian-bagiannya yang terpisah.

Menurut aliran ini, perilaku manusia dianggap sebagai hasil interaksi subsistem dalam kepribadian manusia yaitu:

a. *Id*, yaitu bagian kepribadian yang menyimpan dorongan biologis manusia yang merupakan pusat insting yang bergerak berdasarkan prinsip kesenangan dan cenderung memenuhi kebutuhannya. Bersifat egoistis, tidak bermoral, dan tidak mau tahu dengan kenyataan. Id adalah tabiat hewani yang terdiri dari dua bagian:

i) *libido-insting,* reproduktif penyediaan energi dasar untuk kegiatan kosntrukstif.

ii) *thanatos-insting,* destruktif dan agresif.

b. *Ego*, berfungsi menjembatani tuntutan *Id* dengan realitas di dunia luar. Ego adalah mediator antara hasrat-hasrat hewani dengan tuntutan rasional dan realistis. Egolah yang menyebabkan manusia mampu menundukkan hasrat hewaninya dan hidup sebagai wujud rasional. Ia bergerak berdasarkan prinsip realitas

c. *Super ego*, yaitu unsur yang menjadi polisi kepribadian, mewakili sesuatu yang normatif atau ideal. Super ego disebut juga sebagai hati nurani, merupakan internalisasi dari norma-norma sosial dan kultur masyarakat. Super ego memaksa ego untuk menekan hasrat-hasrat yang tidak berlainan di bawah alam sadar.

2. Behaviorisme

Aliran behaviorisme lahir sebagai reaksi aliran instrospeksionisme (menganalisis jiwa manusia berdasarkan laporan subjektif) dan juga aliran psikoanalisis (berbicara tentang alam bawah sadar yang tidak tampak). Behaviorisme hanya menganalisis perilaku yang tampak saja yang dapat diukur, dilukiskan, dan diramalkan. Teori dari aliran ini dikenal dengan teori belajar, karena menurut mereka seluruh perilaku manusia ialah hasil belajar. Asumsi dasar dari aliran ini ialah: Seluruh perilaku manusia adalah hasil belajar artinya perubahan perilaku organisme merupakan akibat pengaruh lingkungan.

Behaviorisme mempersoalkan bagaimana perilaku manusia dikendalikan oleh faktor-faktor lingkungan. Walaupun demikian, asumsi yang digunakan oleh aliran behaviorisme aliran ini banyak menentukan perkembangan psikologi.

Salah satu yang sering muncul dalam literatur psikologi ialah tentang teori *"tabula rasa"* sebagai kelanjutan pendapat Aristoteles yang secara garis besar menganalogikan manusia (bayi) sebagai kertas putih dan menjadikan hitam atau menjadikan berwarna lain merupakan pengalaman atau hasil interaksi dengan lingkungannya.

Teori pelaziman klasik, teori, pelaziman operan dan *social learning theory* juga merupakan produk dari aliran ini.

1) Teori Pelaziman Klasik

   Pada awal tahun 1900-an, seorang ahli fisiologi Rusia bernama Ivan Pavlov menjalankan satu ciri percobaan secara sistematik dan *scientific* dengan tujuan mengkaji bagaimana pembelajaran berlaku pada suatu organisme. Pavlov mengasaskan kajiannya pada 'hukum perkaitan' *(law of association)* yang diutarakan oleh ahli falsafah Yunani awal seperti Aristoteles. Menurut pendapat ini, suatu organisme akan teringat sesuatu karena sebelumnya telah mengalami sesuatu yang berkaitan. Contohnya, apabila melihat sebuah mobil mewah, mungkin kita membuat pengandaian si pengendara mobil ialah seorang yang kaya atau seorang yang terkemuka. Andaian ini bergantung kepada pengalaman kita yang lampau.

2) Teori Pelaziman Operan

   Perkataan 'operan' diciptakan oleh Skinner yang berarti organisme menghasilkan suatu respons karena mengoper atas stimulus yang diterima disekitarnya. Contohnya, seekor anjing akan mengulurkan kaki depannya sekiranya ia ketahui bahwa tingkah laku ini akan diikuti dengan makanan. Begitu juga dengan seorang anak tidak mau rewel karena dia akan dibelikan es krim. Dalam kaitan teori ini, dikenal istilah *reinforcement* dan *punishment*.

3) *Social Learning Theory*

   Pembelajaran sosial menyatakan bahawa seorang individu meniru tingkah laku (*imitation*) yang diterima masyarakat (*socially accepted behavior*) dan juga tingkah laku yang tidak diterima masyarakat.

3. Psikologi Kognitif

Aliran ini lahir pada era 70-an ketika psikologi sosial berkembang ke arah paradigma baru. Manusia tidak lagi dipandang sebagai

makhluk pasif yang digerakkan oleh lingkungannya tetapi makhluk yang paham dan berpikir tentang lingkungannya (*homo sapiens*). Aliran ini memunculkan teori rasionalitas dan mengembalikan unsur jiwa ke dalam kesatuan dalam diri manusia. Asumsi yang digunakan ialah manusia bersifat aktif yang menafsirkan stimuli secara tidak otomatis bahkan mendistorsi lingkungan.

Jadi, manusialah yang menentukan stimuli. Salah satu nama yang muncul dari aliran ini yaitu Kurt Lewin dan dikenal dengan teori: B = f (P. E). Behavior adalah hasil interaksi antara *Persons* dengan *Enviroment*

4. Psikologi Humanistis

Lahir sebagai revolusi ketiga atau dikatakan sebagai mazhab ketiga psikologi. Psikologi humanistis melengkapi aspek-aspek dasar dari aliran psikoanalisis dan behaviorisme dengan memasukkan aspek positif yang menentukan seperti cinta,kreativitas,nilai makna dan pertumbuhan pribadi. Psikologi humanistis banyak mengambil penganut psikoanalisis Neo-freudian. Asumsi dasar aliran ini yang membedakan dengan aliran lain ialah perhatian pada makna kehidupan bahwa manusia bukanlah sekadar pelakon tetapi pencari makna kehidupan

Selanjutnya, konsep yang menjadikan teori aliran psikologi humanistis tiada duanya adalah konsep dari tokoh aliran ini yaitu Abraham Maslow yang menyatakan "studi tentang orang-orang yang mengaktualisasikan dirinya mutlak menjadi fondasi bagi sebuah ilmu psokologis yang lebih semesta (Frank Goble, 1993,34)

Krtik-kritik dari psikologis huma nistis menunjukkan perbedaaan dan asumsi yang berbeda dengan aliran-aliran lain:

1. Psokologi humanistis tidak mengagungkan metode statistik dan serba rata-rata tetapi melihat pada yang mungkin dan harus ada.
2. Psikologis humanistis tidak berlebihan melakukan penelitian eksperimen pada binatang, tetapi pada kodrat manusia beserta sifat-sifat manusia yang positf.

Dengan demikian, pendekatan yang dilakukan bersifat multi displiner lebih luas lagi menyeluruh terhadap masalah umat manusia. Salah satu teori aliran ini ialah teori Maslow tentang "Hierarki Kebutuhan Manusia". Teori ini menyatakan bahwa manusia akan dapat mengaktualisasikan diri dan percaya diri, manakala kebutuhan akan makanan, kesehatan, rasa aman, dan diterima dalam suatu kelompok.

KONSEP DASAR PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

A. Bidang dan Cabang Psikologi Perkembangan

Psikologi adalah ilmu yang luas dan ambisius, dilengkapi oleh biologi dan ilmu saraf, pada perbatasannya dengan ilmu alam dan dilengkapi oleh sosiologi dan antropologi pada perbatasannya dengan ilmu sosial. Beberapa kajian ilmu psikologi diantaranya:

1. Psikologi perkembangan

   Adalah bidang studi psikologi yang mempelajari perkembangan manusia dan faktor-faktor yang membentuk perilaku seseorang sejak lahir sampai lanjut usia. Psikologi perkembangan berkaitan erat dengan psikologi sosial, karena sebagian besar perkembangan terjadi dalam konteks adanya interaksi sosial. Dan juga berkaitan erat dengan psikologi kepribadian, karena perkembangan individu dapat membentuk kepribadian khas dari individu tersebut.

   Psikologi perkembangan adalah cabang dari ilmu psikologi yang mempelajari perkembangan dan perubahan aspek kejiwaan manusia sejak dilahirkan sampai dengan mati. Terapan dari ilmu psikologi perkembangan digunakan di berbagai bidang seperti pendidikan dan pengasuhan, pengoptimalan kualitas hidup dewasa tua, dan penanganan remaja.

2. Psikologi sosial

   bidang ini mempunyai tiga ruang lingkup, yaitu:

   1. Studi tentang pengaruh sosial terhadap proses individu, mi-

salnya: studi tentang persepsi, motivasi proses belajar, atribusi (sifat)

2. Studi tentang proses-proses individual bersama, seperti bahasa, sikap sosial, dan perilaku meniru.
3. Studi tentang interaksi kelompok, misalnya: kepemimpinan, komunikasi hubungan kekuasaan, kerjasama dalam kelompok, persaingan, konflik.

3. Psikologi kepribadian

   Adalah bidang studi psikologi yang mempelajari tingkah laku manusia dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Psikologi kepribadian berkaitan erat dengan psikologi perkembangan dan psikologi sosial, karena kepribadian adalah hasil dari perkembangan individu sejak masih kecil dan bagaimana cara individu itu sendiri dalam berinteraksi sosial dengan lingkungannya.

4. Psikologi kognitif

   Adalah bidang studi psikologi yang mempelajari kemampuan kognisi seperti: persepsi, proses belajar, kemampuan memori, atensi, kemampuan bahasa, dan emosi.

5. Wilayah terapan psikologi

   Wilayah terapan psikologi adalah wilayah-wilayah di mana kajian psikologi dapat diterapkan. Walaupun demikian, belum terbiasanya orang-orang Indonesia dengan spesialisasi membuat wilayah terapan ini rancu misalnya, seorang ahli psikologi pendidikan mungkin saja bekerja pada HRD sebuah perusahaan, atau sebaliknya.

   1. Psikologi pendidikan

      Psikologi pendidikan adalah perkembangan dari psikologi perkembangan dan psikologi sosial, sehingga hampir sebagian besar teori-teori dalam psikologi perkembangan dan psikologi sosial digunakan di psikologi pendidikan. Psikologi pendidikan mempelajari bagaimana manusia belajar dalam *setting* pendidikan, keefektifan sebuah pengajaran, cara mengajar, dan pengelolaan organisasi sekolah.

2. Psikologi sekolah

   Psikologi sekolah berusaha menciptakan situasi yang mendukung bagi anak didik dalam mengembangkan kemampuan akademik, sosialisasi, dan emosi.

3. Psikologi industri dan organisasi

   Psikologi industri memfokuskan pada pengembangan, mengevaluasi, dan memprediksi kinerja suatu pekerjaan yang dikerjakan oleh individu. Adapun psikologi organisasi mempelajari bagaimana suatu organisasi memengaruhi dan berinteraksi dengan anggota-anggotanya.

4. Psikologi kerekayasaan

   Penerapan psikologi yang berkaitan dengan interaksi antara manusia dan mesin untuk meminimalisasikan kesalahan manusia ketika berhubungan dengan mesin (*human error*).

5. Psikologi klinis

   Adalah bidang studi psikologi dan juga penerapan psikologi dalam memahami, mencegah, dan memulihkan keadaan psikologis individu ke ambang normal.

6. Parapsikologi

   Parapsikologi adalah cabang psikologi yang mencakup studi tentang *extra sensory perception*, dan psikokinesis. Bagi para pendukungnya, parapsikologi dilihat sebagai bagian dari psikologi positif dan transpersonal. Penelitian para psikologi pada umumnya dilakukan di laboratorium sehingga parapsikolog menganggap penelitian ini ilmiah. Kritisisme terhadap parapsikologi dan dukungan terhadap parapsikologi dari American Association for the Advancement of Science terhadap afiliasinya yaitu Parapsychological Association.

B. Metode-metode dalam Psikologi Perkembangan

Psikologi sebagai ilmu pengetahuan yang berdiri sendiri dalam mengummpulkan data dan informasinya telah menggunakan metode-metode ilmiah.

Adapun metode-metode yang digunakan dalam psikologi perkembangan antara lain:

1. Metode eksperimen (*experimen method*); metode ini merupakan metode yang paling teliti dalam mengumpulkan data/informasi, karena eksperimen merupakan pengamatan yang terkontrol dan biasanya dilaksanakan dalam laboratorium.
2. Metode perkembangan (*developmental or genetic method*); yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan cara mengadakan pengamatan dan pencatatan terhadap gejala-gejala yang dilakukan secara terus-menerus sepanjang pertumbuhan dan perkembangan yang terbagi:
   a. *The longitudinal approach*.
   b. *The cross-sectional approach.*
3. Metode observasi:
   a. Observasi sekilas (*incidental observation*) disebut juga introspeksi pengamatan diri atau pengamatan subjektif (*instropection or self-observation or subjective observation*) yaitu pengamatan yang dilakukan seorang individu terhadap tingkah lakunya sendiri.
   b. Observasi yang dilakukan dengan sengaja dan sistematis.
4. Metode riwayat hidup atau klinis (*the case history or clinical*); yaitu suatu studi melalui riwayat hidup yang penerapannya terbatas untuk memecahkan masalah yang dihadapi individu. Tujuan metode ini ialah diagnosis dan *treatment*.
5. Metode tes (*test method*); merupakan instrumen penelitian yang penting dalam psikologi, Tes digunakan untuk mengukur semua jenis kemampuan seperti minat, bakat, prestasi sikap, dan ciri kepribadian.

C. Pentingnya Psikologi Perkembangan dalam Pendidikan

Pentingnya psikologi perkembangan dalam pendidikan antara lain:

1. Sebagai pendidik, guru perlu mengetahui perubahan fisik, men-

tal, dan sosio-emosional peserta didik.

2. Pengetahuan psikologi perkembangan berguna bagi pendidik, guru untuk memperbaiki pribadi sendiri, yang harus menjadi teladan bagi para peserta didiknya.
3. Dengan memahami psikologi perkembangan, dapat memudahkan pendidik guru dalam memodifikasi perangsang pendidikan dan pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik.

KONSEP DASAR PERKEMBANGAN

A. Pengertian Pertumbuhan, Kematangan, dan Perkembangan

Pertumbuhan (*growth*) ialah berkaitan dengan masalah perubahan dalam besar, jumlah ukuran atau dimensi tingkat sel, organ maupun individu, yang dapat diukur dengan ukuran berat (gram, pou) ukuran panjang (cm, inci), umur tulang, dan keseimbangan metabolis (retensi kalsium dan nitrogen tubuh).

Teori pertumbuhan:

1. Pertumbuhan pada umumnya dibatasi pada perubahan struktural dan fisiologis (kejasmanian) dalam pembentukan seseorang secara jasmaniah dari saat masih berbentuk konseptual (janin) melalui periode-periode prenatal (dalam kandungan) dan post-natal (setelah lahir) sampai kedewasaannya. (L. Crow & A. Crow dalam Abd. Abror, 1989)
2. Pertumbuhan adalah proses perubahan yang berhubungan dengan kehidupan jasmaniah individu. (E. Usman Efendi & Juhaya, S. Praja, 1985)
3. Pertumbuhan adalah proses perubahan alamiah secara kuantitatif pada segi jasmaniah atau fisik. (Lefrancois, 1975, dalam Abin Syamsuddin, 1996)
4. Pertumbuhan adalah perubahan secara fisiologis sebagai hasil dari proses pematangan fungsi-fungsi fisik yang berlangsung secara normal pada anak yang sehat dalam perjalanan waktu tertentu. (H. Sunarto dan Ny. B Agung Hartono, 1995)

Kematangan (*maturity*) adalah suatu keadaan atau kondisi bentuk struktur dan fungsi yang lengkap atau dewasa pada suatu organisasi, baik terhadap satu sifat. Kematangan membentuk sifat dan kekuatan dalam diri untuk bereaksi dengan cara tertentu yang disebut "*readiness*" yang berupa tingkah laku, baik tingkah laku yang instingtif maupun tingkah laku yang dipelajari (1;182).

Tingkah laku instingtif adalah suatu pola tingkah laku yang diwariskan melalui proses hereditas. Adapun maksud dari tingkah laku yang dipelajari yaitu orang tak akan berbuat secara intelijen apabila kapasitas intelektualnya belum memungkinkan. Untuk itu kematangan dalam struktur otak atau sistem saraf sangat diperlukan.

Teori kematangan (*maturation*)

a. Kematangan adalah suatu proses pertumbuhan organ. Suatu organ dalam diri makhluk hidup dikatakan telah matang, jika telah mencapai kesanggupan untuk menjalankan fungsinya masing-masing. (Ngalim P. 1984)
b. Kematangan ialah suatu fase yang merupakan kulminasi pertumbuhan atau perkembangan di mana aspek-aspek jasmani mapun mental telah berfungsi sebagaimana mestinya. (Moh. Surya, 1996)
c. Borign Langefeld dan Weld (dalam Usman Effendi dan Juhaya, S. Praja) menggunakan pengertian "kematangan" untuk pertumbuhan dan untuk perkembangan ... Yaitu diterapkan baik sebelum tingkah laku yang tidak dipelajari itu terjadi, maupun sebelum terjadinya proses belajar dan pada tingkah laku yang khusus.

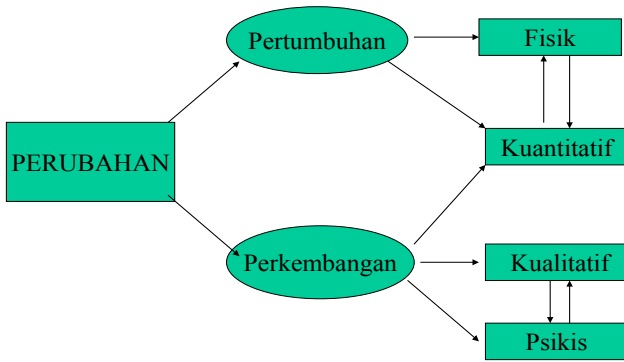
Perkembangan (*development*) adalah bertambahnya kemampuan (*skill*) dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur dan dapat diramalkan, sebagai hasil dari proses pematangan. Perkembangan menyangkut adanya proses diferensiasi dari sel-sel tubuh, jaringan tubuh, organ-organ, dan sistem organ yang berkembang sedemikian rupa sehingga masing-masing dapat

memenuhi fungsinya. Termasuk perkembangan emosi, intelektual, dan tingkah laku sebagai hasil interaksi dengan lingkungan.

Perkembangan (*development*):

a. Perkembangan adalah proses yang dialami individu menuju tingkat kedewasaan (*maturity*) yang berlangsung secara sistematik (Lefrancois, 1975), progresif (Witherington, 1952), dan berkesinambungan (Hurlock, 1956) baik pada aspek fisik maupun psikis. (Abin Syamsuddin, 1996)
b. Perkembangan menunjuk kepada proses perubahan yang bersifat tetap dan tidak dapat diputar (diulang) kembali. (Warner, 1969, dalam Moh. Surya)
c. Perkembangan merupakan perubahan secara progresif (maju) dalam diri organisme dalam pola-pola yang memungkinkan terjadinya fungsi-fungsi baru. (Moh. Surya, 1996)
d. Perkembangan adalah perubahan kualitatif yang mengacu pada mutu fungsi organ jasmaniah, bukan organ jasmaniahnya itu sendiri. (Muhibbin Syah. 1996)
e. *Change in the shape and integration of bodily parts into functional parts*. (Dictionary of Psychology, 1972 dalam Muhibbin Syah, 1996)
f. Berdasarkan pengertian di atas, pertumbuhan dan perkembangan mengandung dan mengimplikasikan pengertian adanya perubahan pada manusia. Pertumbuhan membawa perubahan, demikian pula perkembangan membawa perubahan. Namun di antara keduanya terdapat perbedaan. Pertumbuhan lebih menekankan pada perubahan (penyempurnaan maupun sebaliknya struktur, maka pada perkembangan perubahnya terletak dalam penyempurnaan fungsi. Pertumbuhan akan terhenti setelah mencapai kematangan, Adapun perkembangan berjalan terus sampai akhir hayat.

Pertumbuhan dan perkembangan berjalan menurut norma-norma tertentu. Walaupun demikian, seorang anak dalam banyak hal tergantung kepada orang dewasa misalnya mengenai makanan, per-

PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN

awatan, bimbingan, perasaan aman, pencegahan penyakit. Oleh karena itu, semua orang yang mendapat tugas untuk mengawasi anak harus mengerti persoalan anak yang sedang tumbuh dan berkembang.

Tujuan mempelajari tumbuh kembang adalah sebagai alat ukur dalam asuhan keperawatan.Diperlukan untuk mengetahui yang normal dalam rangka mendeteksi deviasi dari normal. Sebagai *guideline* untuk menilai rata-rata terhadap perubahan fisik, intelektual, sosial, dan emosional yang normal. Mengetahui perkembangan fisik, intelektual, sosial, emosional, merupakan penuntun bagi perawat dalam mengkaji tingkat fungsional anak dan penyesuaiannya terhadap penyakit dan dirawat di rumah sakit.

Proses pertumbuhan dan perkembangan anak tidak selamanya berjalan sesuai dengan yang diharapkan. Hal ini disebabkan karena banyak faktor yang mempengaruhinya, baik faktor yang dapat diubah/dimodifikasi yaitu faktor keturunan, maupun faktor yang tidak dapat diubah atau dimodifikasi yaitu faktor lingkungan. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak sebagai berikut: faktor keturunan/herediter, seks, ras, status sosial-ekonomi keluarga, nutrisi, penyimpangan keadaan sehat, olahraga, urutan anak dalam keluarga dan inteligensi.

Di antara tahap-tahap pertumbuhan dan perkembangan anak, terdapat variasi yang besar, tetapi setiap anak akan melalui suatu

"*milestone*" yang merupakan tahapan dari tumbuh kembangnya dan tiap-tiap tahap mempunyai ciri tersendiri. Menurut Hasil Rapat Kerja UKK pediatric Sosial di Jakarta, yaitu:

- Masa pranatal
- Masa mudigah/embrio: konsepsi–8 minggu.
- Masa janin/fetus: 9 minggu–lahir.
- Masa bayi: usia 0–1 tahun.
- Masa neonatal: 0–28 hari; masa neoratal dini: 0–7 hari; masa neonatal lanjut: 8–28 hari.
- Masa pasca neonatal: 29 hari–1 tahun.
- Masa *toddler*: usia 1–3 tahun.
- Masa prasekolah: usia 3–6 tahun.
- Masa sekolah: usia 6–18/20 tahun.
- Masa praremaja: usia 6–10 tahun.
- Masa remaja: masa remaja dini wanita usia 8–13 tahun; pria usia 10–15 tahun; masa temaja lanjut wanita usia 13–18 tahun; pria usia 15–20 tahun.

Proses perkembangan individu manusia melalui beberapa fase yang secara kronologis dapat diperkirakan batas waktunya. Dalam setiap fase akan ditandai denga cirri-ciri tingkah laku tertentu sebagai karakteristik dari fase tersebut. Fase-fase tersebut adalah sebagai berikut:

1. Permulaan kehidupan (konsepsi).
2. Fase prenatal (dalam kandungan).
3. Proses kelahiran (± 0–9 bulan).
4. Masa bayi/anak kecil (± 0–1 tahun).
5. Masa kanak-kanak (± 1–5 tahun).
6. Masa anak-anak (± 5–12 tahun).
7. Masa remaja (± 12–18 tahun).
8. Masa dewasa awal (± 18–25 tahun).

9. Masa dewasa (± 25–45 tahun).
10. Masa dewasa akhir (± 45–55 tahun).
11. Masa akhir kehidupan (± 55 tahun ke atas).

B. Prinsip-prinsip Pertumbuhan dan Perkembangan

Pengertian perkembangan berbeda dengan pertumbuhan, meskipun keduanya tidak berdiri sendiri. Pertumbuhan berkaitan dengan perubahan kuantitatif yaitu peningkatan ukuran dan struktur. Tidak saja anak menjadi lebih besar secara fisik, tetapi ukuran dan struktur organ dalam otak meningkat. Akibat adanya pertumbuhan otak, anak memiliki kemampuan yang lebih besar untuk belajar, mengingat, dan berpikir. Adapun perkembangan berkaitan dengan perubahan kualitatif dan kuantitatif yang merupakan deretan progresif dari perubahan yang teratur dan koheren. Progresif menandai bahwa perubahnya terarah, membimbing mereka maju, dan bukan mundur. Teratur dan koheren menunjukkan adanya hubungan nyata antara perubahan yang sebelum dan sesudahnya.

Proses pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi pada individu manusia mengikuti prinsip-prinsip yang berlaku secara umum, yaitu:

1. Tipe-tipe perubahan:
   a. Perubahan dalam ukuran.
   b. Perubahan dalam proporsi.
   b. Hilangnya ciri-ciri masa lalu (yang lama).
   c. Perolehan ciri-ciri yang baru.
2. Pola pertumbuhan fisik:
   a. Hukum *chepalocaoudal*.
   b. Hukum *proimodistal*.
3. Karakteristik perkembangan:
   a. Perkembangan berlangsung dari hal-hal yang bersifat umum ke yang bersifat khusus.
   b. Perkembangan itu berkesinambungan.

c. Setiap bagian tubuh mempunyai kecepatan pertumbuhan sendiri-sendiri.
d. Selalu ada korelasi antara perkembangan yang awal dan perkembangan selanjutnya.

4. Perbedaan individu
5. Pola perkembangan bersifat periodik
6. Terdapat tugas perkembangan dalam setiap periode.

Pada pembahasan ini akan diterangkan tujuh prinsip perkembangan menurut Hurlock (1991). Prinsip-prinsip ini merupakan ciri mutlak dari pertumbuhan dan perkembangan yang dialami oleh seorang anak, ketujuh prinsip ini antara lain:

1. Adanya Perubahan

Manusia tidak pernah dalam keadaan statis, dia akan selalu beubah dan mengalami perubahan mulai pertama pembuahan hingga kematian tiba. Perubahan ini dapat menanjak, kemudian berada di titik puncak kemudian mengalami kemunduran.

Selama proses perkembangan seorang anak ada beberapa ciri perubahan yang mencolok, yaitu:

- Perubahan ukuran, perubahan fisik yang meliputi: tinggi, berat, organ dalam tubuh, perubahan mental. Perubahan mental meliputi: memori, penalaran, persepsi, dan imajinasi.
- Perubahan proporsi, misalnya perubahan perbandingan antara kepala dan tubuh pada seorang anak.
- Hilangnya ciri lama, misalnya ciri egosentrisme yang hilang dengan sendirinya berganti dengan sikap prososial.
- Mendapatkan ciri baru, hilangnya sikap egosentrisme anak akan mendapatkan ciri yang baru yaitu sikap prososial.

2. Perkembangan Awal Lebih Kritis daripada Perkembangan Selanjutnya

Lingkungan tempat anak menghabiskan masa kecilnya akan sangat berpengaruh kuat terhadap kemampuan bawaan mereka.

Bukti-bukti ilmiah telah menunjukkan bahwa dasar awal cenderung bertahan dan mempengaruhi sikap dari perilaku anak sepanjang hidupnya. Terdapat empat bukti yang membenarkan pendapat ini.

- Hasil belajar dan pengalaman merupakan hal yang dominan dalam perkembanga anak.
- Dasar awal cepat menjadi pola kebiasaan. Hal ini tentunya akan berpengaruh sepanjang hidup dalam penyesuaian sosial dan pribadi anak.
- Dasar awal sangat sulit beubah meskipun hal tersebut salah.
- Semakin dini sebuah perubahan dilakukan, maka semakin mudah bagi seorang anak untuk mengadakan perubahan bagi dirinya.

3. Perkembangan Merupakan Hasil Proses Kematangan dan Belajar

Perkembangan seorang anak akan sangat dipengaruhi oleh proses kematangan yaitu terbukanya karateristik yang secara potensial telah ada pada individu yang berasal dari warisan genetik individu. Misalnya dalam fungsi filogentik yaitu merangkak, duduk kemudian berjalan. Adapun arti belajar adalah perkembangan yang berasal dari latihan dan usaha. Melalui belajar ini anak akan memperoleh kemampuan menggunakan sumber yang diwariskan. Hubugan antara kematangan dan hasil belajar ini dapat dicontohkan pada saat terjadinya masa peka pada seorang anak. Bila pembelajaran ini diberikan pada saat masa pekanya, maka hasil dari pembelajaran ini akan cepat dikuasai oleh anak, demikian pula sebaliknya.

4. Pola Perkembangan dapat Diramalkan

Dalam perkembangan motorik akan mengikuti hukum *chepalocaudal* yaitu perkembangan yang menyebar ke seluruh tubuh dari kepala ke kaki. Ini berarti bahwa kemajuan dalam struktur dan fungsi pertama-tama terjadi di bagian kepala, badan, dan terakhir kaki. Hukum yang kedua yaitu *proximodistal*, perkembangan dari yang dekat ke yang jauh. Kemampuan jari-jemari seorang anak akan didahului oleh keterampilan lengan terlebih dahulu.

5. Pola Perkembangan Mempunyai Karakteristik yang dapat Diramaikan

Karakteristik tertentu dalam perkembangan juga dapat diramalkan. Ini berlaku baik untuk perkembangan fisik maupun mental. Semua anak mengikuti pola perkembangan yang sama dari saatu tahap menuju tahap berikutnya. Bayi berdiri sebelum dapat berjalan. Menggambar lingkaran sebelum dapat menggambar segi empat. Pola perkembangan ini tidak akan beubah sekalipun terdapat variasi individu dalam kecepatan perkembangan. Pada anak yang pandai dan tidak pandai akan mengikuti urutan perkembangan yang sama seperti anak yang memiliki kecerdasan rata-rata. Namun ada perbedaan mereka yang pandai akan lebih cepat dalam perkembangannya dibandingkan dengan yang memiliki kecerdasan rata-rata, Adapun anak yang bodoh akan berkembanga lebih lambat.

Perkembangan bergerak dari tanggapan yang umum menuju yang lebih khusus. Misalnya, seorang bayi akan mengacak-acak mainan sebelum dia mampu melakukan permainan ini dengan jari-jarinya. Demikian juga dengan perkembangan emosi, anak akan merespon ketakutan secara umum pada suatu hal yang baru namun selanjutnya akan merepon ketakutan secara khusus pada hal yang baru ini.

Perkembangan berlangsung secara berkesinambungan sejak dari pembuahan hingga kematian, namun hal ini terjadi dalam berbagai kecepatan, kadang lambat tetapi kadang cepat. Perbedaan kecepatan perkembangan ini terjadi pada setiap bidang perkembangan dan akan mencapai puncaknya pada usia tertentu. Seperti imajinasi kreatif akan menonjol di masa kanak-kanak dan mencapai puncaknya pada masa remaja. Berkesinambungan memiliki arti bahwa setiap periode perkembangan akan berpengaruh terhadap perkembangan selanjutnya.

6. Terdapat Perbedaan Individu dalam Perkembangan

Walaupun pola perkembangan sama bagi semua anak, setiap anak akan mengikuti pola yang dapat diramalkan dengan cara dan ke-

cepatannya sendiri. Beberapa anak berkembang dengan lancar, bertahap langkah demi langkah. Perbedaan ini disebabkan karena setiap orang memiliki unsur biologis dan genetik yang berbeda. Kemudian juga faktor lingkungan yang turut memberikan kontribusi terhadap perkembangan seorang anak. Misalnya, perkembangan kecerdasan dipengaruhi oleh sejumlah faktor seperti kemampuan bawaan, suasana emosional, apakah seorang anak didorong untuk melakukan kegiatan intelektual atau tidak. Dan apakah dia diberi kesempatan untuk belajar atau tidak.

Selain itu, meskipun kecepatan perkembangan anak berbeda tetapi pola perkembangan tersebut memiliki konsistensi perkembangan tertentu. Pada anak yang memiliki kecerdasan rata-rata akan cenderung memiliki kecerdasan yang rata-rata pula ketika menginjak tahap perkembangan berikutnya. Perbedaan perkembangan pada tiap individu mengindikasikan pada guru, orang tua, atau pengasuh untuk menyadari perbedaan tiap anak yang diasuhnya sehingga kemampuan yang diharapkan dari tiap anak seharusnya juga berbeda. Demikian pula pendidikan yang diberikan harus bersifat perseorangan.

7. Setiap Tahap Perkembangan Memiliki Bahaya yang Potensial

Pola perkembangan tidak selamanya berjalan mulus. Pada setiap usia mengandung bahaya yang dapat mengganggu pola normal yang berlaku. Beberapa hal yang dapat menyebabkannya antara lain dari lingkungan dari anak ini sendiri. Bahaya ini dapat mengakibatkan terganggunya penyesuaian fisik, psikologis, dan sosial. Sehingga pola perkembangan anak tidak menaik tetapi datar artinya tidak ada peningkatan perkembangan. Dan dapat dikatakan bahwa anak sedang mengalami gangguan penyesuaian yang buruk atau ketidakmatangan. Peringatan awal adanya hambatan atau berhentinya perkembangan ini merupakan hal yang penting karena memungkinkan pengasuh (orang tua dan guru) untuk segera mencari penyebab dan memberikan stimulasi yang sesuai.

KESIMPULAN

Psikologi perkembangan merupakan bagian dari kajian ilmu psikologi yang mempelajari tahapan-tahapan dalam tumbuh kembang manusia. Hal ini dapat dilihat dari asal kata psikologi sendiri yaitu *psyche* yang berarti jiwa dan *logos* yang berarti ilmu, yang menggambarkan bagaimana psikologi mengkaji jiwa manusia khususnya perkembangan fisik dan psikisnya.

Cara sederhana perkembangan individu dirumuskan sebagai perubahan ke arah kedewasaan, jika dikaji lebih dalam. Istilah Perkembangan *(development)* dalam istilah psikologi merupakan konsep yang sangat kompleks, sebab didalamnya terkandung banyak dimensi, oleh karena menurut perkembangan dapat didekati dari istilah pertumbuhan, kematangan, dan perubahan. Perkembangan bukan sekadar penambahan beberapa sentimeter pada tinggi badan seseorang atau peningkatan kemampuan seseorang, melainkan suatu proses.

Sementara itu, pertumbuhan hanya terjadi sampai manusia mencapai kematangan fisik. Artinya, orang tak akan bertambah tinggi atau besar jika batas pertumbuhan tubuhnya telah mencapai tingkat kematangan. Pada dasarnya ada dua proses perkembangan individu yang saling bertentangan yang terjadi secara serempak selama kehidupan, yaitu pertumbuhan atau evolusi dan kemunduran atau involusi. Keduanya mulai dari pembuahan dan berakhir dengan kematian. Dalam tahun-tahun pertama pertumbuhan berperan, sekalipun perubahan-perubahan yang bersifat kemunduran terjadi semenjak kehidupan janin. Pada bagian kehidupan selanjutnya, kemunduran yang berperan sekalipun pertumbuhan tidak berhenti; rambut tumbuh terus dan sel-sel terus-menerus berganti. Pada usia lanjut, beberapa bagian tubuh dan alam pikiran lebih banyak beubah daripada yang lain.

SARAN

Kehidupan manusia tidak pernah statis sejak terjadi pembuahan hingga ajal selalu terjadi perubahan, baik dalam kemampuan fisik maupun kemampuan psikologis. Dengan perkataan lain, organisme yang matang selalu mengalami pembuahan yang progresif sebagai tanggapan terhadap kondisi yang bersifat pengalaman dan perubahan-perubahan itu mengakibatkan jaringan interaksi yang majemuk. Untuk memanfaatkan kehidupan manusia yang progresif itu, maka dibutuhkan beberapa sikap, yaitu:

1. Membiasakan untuk berperilaku baik, baik untuk diri sendiri maupun orang lain. Karena dengan sikap kita yang baik, maka akan terciptalah keturunan yang memiliki sikap yang baik pula, sebagai mana dikatakan bahwa seorang anak akan menuruni sifat dari gen orang tuanya.
2. Menanamkan pendidikan pada anak sedini mungkin, sebab pendidikan yang utama dan yang paling pokok ialah dari keluarganya.
3. Kita sebagai manusia yang masih diberi kesempatan untuk tumbuh dan berkembang mestinya dapat memberikan peran yang berarti bagi negara kita.

Mungkin demikianlah saran yang dapat kami berikan untuk mengoptimalkan peran seorang manusia sebagai makhluk sosial, dan semoga dengan dituliskannya makalah ini kita semua dapat mengetahui tentang hakikat dari psikologi perkembangan tersebut.

BAB 2

ASPEK-ASPEK PERKEMBANGAN

FISIK

A. Perkembangan Fisik pada Manusia

Fisik atau tubuh manusia merupakan sistem organ yang kompleks dan sangat mengagumkan. Semua organ ini terbentuk pada periode pranatal (dalam kandungan). Berkaitan dengan perkembangan fisik ini, Kuhlen dan Thompson (Hurlock, 1956) mengemukakan bahwa perkembangan fisik individu meliputi empat aspek, yaitu:

(1) Sistem saraf, yang sangat mempengaruhi perkembangan kecerdasan dan emosi.

(2) Otot-otot, yang mempengaruhi perkembangan kekuatan dan kemampuan motorik.

(3) Kelenjar endokrin, yang menyebabkan munculnya pola-pola tingkah laku baru, seperti pada usia remaja berkembang perasaan senang untuk aktif dalam suatu kegiatan, yang sebagian anggotanya terdiri atas lawan jenis.

(4) Struktur fisik/tubuh, yang meliputi tinggi, berat, dan proporsi.

Awal dari perkembangan pribadi seseorang asasnya bersifat biologis. Dalam taraf-taraf perkembangan selanjutnya, normalitas dari konstitusi, struktur dan kondisi talian dengan masalah *body-image, self-concept, self-esteem,* dan rasa harga dirinya. Perkembangannya fisik ini mencakup aspek-aspek sebagai berikut:

1. Perkembangan anatomis

   Perkembangan anatomis ditunjukkan dengan adanya perubahan kuantitatif pada struktur tulang belulang. Indeks tinggi dan berat badan, proporsi tinggi kepala dengan tinggi garis keajekan badan secara keseluruhan.

2. Perkembangan fisiologis

   Perkembangan fisiologis ditandai dengan adanya perubahan-perubahan secara kuantitatif, kualitatif, dan fungsional dari sistem-sistem kerja hayati seperti kontraksi otot, peredaran darah dan pernapasan, persyarapan, sekresi kelenjar dan pencernaan.

Kondisi jasmaniah seseorang dapat mempengaruhi karakteristik kepribadiannya. Kretchmer dan William Sheldon, melalui teorinya tentang tipologi kepribadian, secara nyata menyatakan bahwa karakteristik psikologis (kepribadian) manusia berkaitan dengan bentuk tubuhnya.

Perkembangan fisik, sekurang-kurangnya mencakup dua aspek utama yaitu aspek anatomis dan fisiologis. Aspek anatomis berkaitan dengan perubahan kuantitatif pada struktur tulang, indeks tinggi dan berat badan, dan proporsi antarbagian. Laju perkembangan anatomis secara umum sebagai berikut:

a. Tulang-tulang pada masa bayi berjumlah 270 yang masih lentur berpori dan persambungannya masih longgar. Pada awal remaja menjadi 350 (diferensiasi fungsi) dan pada awal remaja menjadi 200 integrasi, persenyawaan, dan pergeseran.
b. Berat dan tinggi badan pada waktu lahir antara 2–4 kg dan 50–60 cm. Masa kanak-kanak sekitar 12–15 kg dan 90–120 cm. Pada remaja awal 30–40 kg dan 140–160 cm. Selanjutnya kecepatan berangsur menurun dan bahkan menjadi mapan.
c. Proporsi tinggi kepala dan badan pada masa bayi dan anak sekitar 1 : 4, dan menjelang dewasa menjadi 1: 8 atau 0.

Perkembangan fisiologis berkaitan dengan perubahan secara kuantitatif, kualitatif, dan fungsional dari sistem kerja hayati, seper-

ti kontraksi otot, peredaran darah, pernapasan, saraf, dan kelenjar pencernaan.

Laju perkembangan fisik mengikuti dua prinsip utama yaitu *cepalocaudal* dan *proximodistal*. Perkembangan dengan prinsip *cepalocaudal* berjalan dari bagian kepala menuju ekor dan kaki. Adapun *proximodistal* berjalan dari bagian tengah menuju ke tepi atau tangan.

Aspek fisiologi yang sangat penting bagi kehidupan manusia ialah otak (*brain*). Otak dapat dikatakan sebagai pusat atau sentral perkembangan dan fungsi kemanusiaan. Otak ini terdiri atas 100 miliar sel saraf (neuron), dan setiap sel saraf ini, rata-rata memiliki sekitar 3.000 koneksi (hubungan) dengan sel-sel saraf yang lainnya. Neuron ini terdiri dari inti sel (nukleus) dan sel bodi yang berfungsi sebagai penyalur aktivitas dari sel saraf yang satu ke sel lainnya.

B. Perkembangan Perilaku Psikomotorik

Perilaku psikomotorik memerlukan koordinasi fungsional antara *neuromuscular* system (persyarafan dan otot) dan fungsi psikis (kognitif, afektif, dan konatif).

Loree (1970: 75), menyatakan bahwa ada dua macam perilaku psikomotorik utama yang bersifat universal harus dikuasai oleh setiap individu pada masa bayi atau awal masa kanak-kanaknya ialah berjalan (*walking*) dari memegang benda (*prehension*). Kedua jenis keterampilan psikomotorik ini merupakan basis bagi perkembangan keterampilan yang lebih kompleks seperti yang kita kenal dengan sebutan bermain (*playing*) dan bekerja (*working*).

Dua prinsip perkembangan utama yang tampak dalam semua bentuk perilaku psikomotorik ialah (1) bahwa perkembangan itu berlangsung dan yang sederhana kepada yang kompleks, dan (2) dari yang kasar dan global (*gross bodily movements*) kepada yang halus dan spesifik tetapi terkoordinasikan (*finely coordinated movements*).

1. Berjalan dan Memegang Benda

Keterampilan berjalan diawali dengan gerakan-gerakan psikomotor dasar (*locomotion*) yang harus dikuasai balita selama tahun

pertama dari kehidupannya. Perkembangan psikomotorik dasar itu berlangsung secara sekuensial, sebagai berikut: (1) keterampilan bergulir (*roll over*) dan telentang menjadi telungkup (5-8 bulan); (2) gerak duduk (*sit up*) yang bebas (8,3 bulan); dan (3) berdiri bebas (9,0 bulan) berjalan dengan bebas. (13,8 bulan) (Lorre, 1970: 75)

Dengan demikian, maka dalam gerakan-gerakan psikomotorik dasar itu tingkatan perkembangan penguasaannya telah dapat diprediksi. Kalau terjadi kelambatan-kelambatan dari ukuran normalitas waktu tersebut, berarti menandakan adanya kelainan tertentu.

Keterampilan memegang benda, hingga enam, bulan pertama dari kelahirannya merupakan gerakan meraih benda-benda yang ditarik ke dekat badannya dengan seluruh lengannya. Baru mulai pada masa enam bulan kedua dari kelahirannya, jari jemarinya dapat berangsur digunakan memungut dan memegang erat-erat benda, seraya memasukkan ke mulutnya. Keterampilan memegang secara bebas baru dicapai pula setelah keterampilan berjalan bebas dikuasai.

2. Bermain dan Bekerja

Dengan dikuasainya keterampilan berjalan, anak bergerak sepanjang hari ke segenap ruangan dan halaman rumahnya seperti tidak mengenal lelah, kadang-kadang berjalan, berlari, memanjat, dan melompat. Hampir setiap benda yang ada di sekitarnya disentuh, diguncang, dirobek, atau dilemparnya. Kalau kepada mereka diberikan atau disediakan alat-alat mainan tertentu mulailah mereka menyusunnya menyerupai konstruksi tertentu.

Mulai usia 4-5 tahun, bermain konstruksi yang fantastis ini dapat beralih kepada berbagai bentuk gerakan bermain yang ritmis dan dinamis, tetapi belum terikat dengan aturan-aturan tertentu yang ketat.

Pada usia masa anak sekolah, permainan fantastik berkembang kepada permainan yang realistis yang melibatkan gerakan-gerakan yang lebih kompleks disertai aturan-aturan yang ketat. Pada usia remaja, kegiatan motorik telah tertuju kepada persiapan-persiapan

kerja, keterampilan menulis, mengetik, dan menjahit, sangat tepat saatnya mulai dikembangkan.

C. Proses Perkembangan Motorik

Di samping faktor-faktor hereditas, faktor lingkungan alamiah, sosial, kultural, nutrisi dan gizi, serta kesempatan dan latihan merupakan hal-hal yang sangat berpengaruh terhadap proses dan produk perkembangan fisik dan perilaku psikomotorik.

INTELEKTUAL

Intelektual atau inteligensi berasal dari bahasa Latin *intelligere* yang berarti mengorganisasikan, menghubungkan, atau menyatukan satu dengan yang lain (*to organize, to relate, to bind together*). Menurut panitia istilah pedagogis (1953) yang mengangkat pendapat Stern, yang dimaksud dengan intelektual adalah "daya menyesuaikan diri dengan keadaan baru menggunakan alat-alat berpikir menurut tujuannya."

Terman memberikan pengertian intelektual sebagai "... *the ability to carry on abstract thinking*" (lih. Harriman, 1958). Terman membedakan adanya *ability* yang berkaitan dengan hal-hal yang konkret dan abstrak. Individu itu intelek apabila dapat berpikir secara abstrak dan baik. Ini berarti bahwa apabila individu kurang mampu berpikir abstrak, individu yang bersangkutan intelektualitasnya kurang baik.

Bloom (Abin Syamsuddin, 1996), telah mendefinisikan berdasarkan hasil studi longitudinalnya, bahwa dengan berpatokan pada hasil tes inteligensi pada sekelompok subjek usia 17 tahun dan membandingkannya dengan hasil tes sebelumnya, maka dapat dilihat perkembangan persentase taraf kematangan atau kesempurnaan perkembangan inteligensi sebagai berikut:

- Usia 1 tahun berkembang sekitar 20%.
- Usia 4 tahun berkembang sekitar 50%.
- Usia 8 tahun berkembang sekitar 80%.
- Usia 13 tahun berkembang sekitar 92%.

Sejalan dengan Bloom, Witherington dan Loree (Abin Syamsuddin, 1996), juga menegaskan bahwa laju perkembangan inteligensi berjalan secara *constant proportional*.

Dari bermacam-macam pendapat para ahli tersebut, memberikan gambaran tentang bagaimana ragamnya pengertian atau definisi mengenai intelektual itu. Menurut Morgan, dkk. (1984) ada dua pendekatan yang pokok dalam memberikan definisi mengenai intelektual itu yaitu: (1) pendekatan yang melihat faktor-faktor intelektual itu, yang sering disebut sebagai pendekatan faktor atau teori faktor, dan (2) pendekatan yang melihat sifat proses intelektual itu sendiri, yang sering dipandang sebagai teori orientasi proses (*process oriented theories*).

A. Teori-teori Faktor

Di atas telah dipaparkan mengenai bermacam-macam pendapat mengenai apa yang dimaksud dengan intelektual itu dari beberapa orang ahli. Terlihat bahwa memang ada perbedaan di samping adanya kesamaan.

Thorndike, dengan teori multi faktornya mengemukakan bahwa intelektual tersusun dari beberapa faktor, dan faktor-faktor ini terdiri dari elemen-elemen, dan tiap elemen terdiri atom-atom, dan tiap-tiap atom merupakan hubungan stimulus-respons. Jadi, suatu aktivitas yang menyangkut intelektual merupakan kumpulan dari atom-atom aktivitas yang berkombinasi satu dengan yang lainnya.

Thurstone mempunyai pandangan yang berbeda lagi dengan para ahli yang telah dikemukakan di atas. Menurut Thorndike, intelektual merupakan jumlah dari elemen-elemen, yaitu hubungan stimulus-respons. Maka, menurut Thurstone dalam intelektual adanya faktor-faktor primer yang merupakan *group factor*. Menurut Thurstone faktor-fakor primer ini sebagai berikut:

1. S (*spatial relation*), yaitu kemampuan untuk melihat atau mempersepsi gambar dengan dua atau tiga dimensi, menyangkut jarak (*spatial*).

2. P (*perceptual speed*), yaitu kemampuan yang berkaitan dengan kecepatan dan ketepatan dalam memberikan *judging* mengenai persamaan dan perbedaan atau dalam respons terhadap apa yang dilihatnya secara detail.
3. V (*verbal comprehension*), yaitu kemampuan yang menyangkut pemahaman, kosakata (*vocabulary*), analogi secara verbal, dan sejenisnya.
4. W (*Word Fluency*), yaitu kemampuan yang menyangkut dengan kecepatan yang berkaitan dengan kata-kata, dengan *anagram*.
5. N (*number facility*), yaitu kemampuan yang berkaitan dengan kecepatan dan ketepatan dalam berhitung (komputasi).
6. M (*associative memory*), yaitu kemampuan yang berkaitan dengan ingatan, khususnya yang berpasangan.
7. I (*induction*), yaitu kemampuan yang berkaitan dengan kemampuan untuk memperoleh prinsip atau hukum.

B. Teori Orientasi Proses

Jean Piaget merupakan salah satu pendukung teori ini. Piaget melihat bagaimana perkembangan dari *intelectual ability* ini, namun hal ini dikemukakan dengan pengertian kognitif.

Teori proses informasi mengenai intelektual, mengemukakan bahwa intelektual akan diukur dari fungsi-fungsi seperti sensoris, ingatan, dan kemampuan mental yang lain termasuk belajar dan menimbulkan kembali (*remembering*).

C. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Intelektual

Menurut Andi Mappiare (1982: 80), hal-hal yang mempengaruhi perkembangan intelektual antara lain:

1. Bertambahnya informasi yang disimpan (dalam otak) seseorang sehingga ia mampu berpikir reflektif.
2. Banyaknya pengalaman dan latihan-latihan memecahkan masalah sehingga seseorang dapat berpikir proporsional.

3. Adanya kebebasan berpikir, menimbulkan keberanian seseorang dalam menyusun hipotesis-hipotesis yang radikal, kebebasan menjajaki masalah secara keseluruhan, dan menunjang keberanian anak memecahkan masalah dan menarik kesimpulan yang baru dan benar.

D. Pengungkapan Intelektual

Perbedaan intelektual pada masing-masing individu melalui pandangan yang menekankan pada perbedaan kualitatif dan kuantitatif.

Pandangan yang pertama berpendapat bahwa perbedaan inteletual individu satu dengan yang lainnya memang secara kualitatif berbeda, yang berarti bahwa pada dasarnya memang telah berbeda intelektual individu yang satu dengan yang lainnya. Pandangan ini dinamakan aliran Nativisme. Pandangan kedua menitikberatkan pada perbedaan kuantitatif yang berpendapat bahwa perbedaan intelektual itu semata-mata karena perbedaan materi yang diterima atau karena perbedaan pada proses belajarnya serta lingkungan yang mempengaruhinya.

Dalam hubungannya dengan perkembangan inteligensi/kemampuan berpikir remaja, ada yang berpandangan bahwa adalah keliru jika IQ dianggap dapat ditingkatkan, yang walaupun perkembangan IQ dipengaruhi antara lain oleh faktor-faktor lingkungan.

Tes intelektual terus berkembang. Pada 1939 David Wechsler menciptakan *individual intelligence test*, yang dikenal dengan *Wechsler Bellevue Intelligence Scale* atau juga sering dikenal dengan tes inteligensi WB. Pada 1949, diciptakan *Test Wechsler Intelligence Scale for Children* atau yang sering dikenal dengan tes inteligensi WISC, yang khusus diperuntukkan untuk anak-anak. Klasifikasi IQ-nya antara lain:

a. *Very superior* : IQ di atas 130
b. *Superior* : IQ 120-129
c. *Bright normal* : IQ 110-119
d. *Average* : IQ 90-109

e. *Dull normal* : IQ 80-89
f. *Borderline* : IQ 70-79
g. *Mental defective* : IQ 69 kebawah
(Harriman, 1958: 165)

Wechsler berpendapat bahwa keseluruhan inteligensi seseorang tidak dapat diukur. IQ adalah suatu nilai yang hanya dapat ditentukan secara kira-kira karena selalu dapat terjadi perubahan-perubahan berdasarkan faktor-faktor individual dan situasional.

e. Perkembangan Intelektual

Dengan menggunakan hasil pengukuran tes inteligensi yang mencakup *general information* dan *verbal analogies*, Joh dan Conrad (Abin Syamsuddin) mengembangkan sebuah kurva perkembangan inteligensi manusia sebagai berikut:

1. Laju perkembangan inteligensi berlangsung sangat pesat sampai masa remaja awal, setelah itu kepesatannya langsung turun.
2. Puncak perkembangan pada umumnya dicapai di penghujung masa remaja akhir (sekitar usia 20-an); selanjutnya perubahan-perubahan amat tipis berlangsung hingga usia 50 tahun. Setelah itu terjadi *plateau* (mapan) sampai usia 60 tahun untuk selanjutnya berangsur-angsur menurun (deklinasi).
3. Terdapat variasi dalam waktu dan laju kecepatan deklinasi menurut jenis-jenis kecakapan tertentu.

PERKEMBANGAN SOSIAL

Perkembangan sosial dapat diartikan sebagai *sequence* dari perubahan berkesinambungan dalam perilaku individu untuk menjadi makhluk sosial. Proses perkembangannya berlangsung secara bertahap sebagai berikut:

1. Masa kanak-kanak awal (0-3 tahun)subjektif.
2. Masa krisis (3-4 tahun) *tort alter*.
3. Masa kanak-kanak akhir (4-6 tahun) subjektif menuju objektif.

4. Masa anak sekolah (6-12 tahun) objektif.
5. Masa kritis II (12-13 tahun) *pre-puber* (anak tanggung).

Dari hasil studi longitudinal terhadap anak usia 5-6 tahun, Bronson (Abin Syamsuddin, 1996) menyimpulkan bahwa ada tiga kecenderungan pola sosial pada anak, yaitu:

1. *Withdrawl expansive*
2. *Reactivity-paldity*
3. *Passivity-dominance*

Kalau seorang anak menunjukkan orientasinya pada salah satu pola tersebut, maka cenderung diikutinya sampai masa dewasa.

Untuk mencapai tujuan dari pola sosialisasi dewasa, remaja harus membuat banyak penyesuaian baru, dengan meningkatnya pengaruh kelompok sebaya, perubahan dalam perilaku sosial, pengelompokan sosial yang baru, nilai-nilai baru dalam seleksi persahabatan, nilai-nilai baru dalam dukungan dan penolakan, dan nilai-nilai baru dalam seleksi pemimpin.

A. Perubahan dalam Perilaku Sosial

Dalam waktu yang singkat remaja mengadakan perubahan radikal yaitu dari tidak menyukai lawan jenis sebagai teman menjadi lebih menyukai teman dari lawan jenisnya daripada teman sejenis.Dengan meluasnya kesempatan untuk melibatkan diri dalam kegiatan sosial, maka wawasan sosial semakin membaik.

B. Pengelompokan Sosial Baru

Saat berlangsungnya masa remaja, terdapat perubahan minat terhadap kelompok yang terorganisasi dan masih diawasi oleh orang dewasa, kemudian minat berkelompok ini secara cepat menurun karena remaja meningkat ke arah yang lebih dewasa yang tidak mau diperintah atau diorganisasi oleh kelompoknya. Pada masa akhir remaja minat berkelompok cenderung berkurang dan digantikan dengan kelompok kecil yang hubungannya tidak terlalu akrab.

Contoh: Teman dekat-kelompok kecil-kelompok besar-kelompok yang terorganisasi-kelompok geng.

C. Nilai Baru dalam Penilaian Sosial

Tidak ada sifat/pola perilaku khas yang akan menjamin penerimaan sosial selama masa remaja. Tergantung pada sekumpulan sifat dan pola perilaku yaitu sindrom penerimaan yang disenangi remaja dan menambah gengsi dari kelompok besar yang diidentifikasikannya.

D. Minat Sosial

Bersifat sosial bergantung pada kesempatan yang diperoleh remaja untuk mengembangkan minat tersebut dan pada kepopuleranannya dalam kelompok. Seorang remaja yang status sosial-ekonomi keluargannya rendah, misalnya mempunyai sedikit kesempatan untuk mengembangkan minat pada pesta-pesta dan dansa dibandingkan dengan remaja latar belakang yang lebih baik. Demikian ada beberapa minat sosial tertentu yang hampir bersifat universal

E. Perilaku Sosial

Diskriminasi terhadap mereka yang berlatar belakang ras, agama, sosial-ekonomi yang berbeda. Usaha memperbaiki mereka yang mempunyai standar panampilan dan perilaku yang berbeda.

F. Perkembangan Sosial

1. Pengertian Perkembangan Hubungan Sosial

Pada proses integrasi dan interaksi ini faktor intelektual dan emosional mengambil peranan penting. Proses ini merupakan proses sosialisi, yang mendudukkan anak-anak sebagai insan yang secara aktif melakukan proses sosialisasi. Perkenalan dan pergaulan dengan manusia lain segera menjadi luas: ia mengenalkan ke dua orang tuanya, anggota keluarganya, teman bermain sebaya, dan teman-teman sekolahnya. Pada umur-umur selanjutnya, sejak anak mulai belajar sekolah, mereka mulai belajar mengembangkan interaksi sosial de-

ngan belajar menerima pandangan kelompok (masyarakat), memahami tanggung jawab,dan berbagai pengertian dengan orang lain.

2. Karakteristik Perkembangan Sosial Remaja

Remaja adalah tingkat perkembangan anak yang telah mencapai jenjang menjelang dewasa. Remaja menghadapi berbagai lingkungan, bukan saja bergaul dengan berbagai kelompok umur.

G. Kreativitas

Kapasitas/keinginan yang diperlukan untuk berpikir kreatif bagi orang berusia lanjut cenderung berkurang, dengan demikian prestasi kreatifitas dalam menciptakan hal-hal yang penting pada orang berusia lanjut secara umum relatif kurang dibandingkan mereka yang lebih muda.

PERKEMBANGAN MORAL

Istilah moral berasal dari bahasa Latin *mos (moris*), yang berarti adat istiadat peraturan/nilai-nilai atau tata cara kehidupan. Adapun moralitas merupakan kemauan untuk menerima dan melakukan peraturan, nilai-nilai atau prinsip-prinsip moral. Nilai-nilai moral ini, seperti (a) seruan untuk berbuat baik kepada orang lain, memelihara ketertiban dan keamanan, memelihara kebersihan dan memelihara hak orang lain, dan (b) larangan mencuri, berzina, membunuh, meminum minuman keras dan berjudi. Seseorang dapat dikatakan bermoral, apabila tingkah laku ini sesuai dengan nilai-nilai moral yang dijunjung tinggi kelompok sosialnya.

A. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Moral

Perkembangan moral seorang anak banyak dipengaruhi oleh lingkungan. Anak memperoleh nilai-nilai moral dan lingkungan dan orangtuanya. Dia belajar untuk mengenal nilai-nilai sesuai dengan nilai-nilai ini. Dalam mengembangkan moral anak, peranan orang tua sangatlah penting, terutama pada waktu anak masih kecil. Be-

berapa sikap orang tua yang perlu diperhatikan sehubungan dengan perkembangan moral anak, di antaranya:

a. Konsisten dalam mendidik anak

   Ayah dan ibu harus memiliki sikap dan perlakuan yang sama dalam melarang atau membolehkan tingkah laku tertentu kepada anak. Suatu tingkah laku anak yang dilarang oleh orang tua pada suatu waktu, harus juga dilarang apabila dilakukan kembali pada waktu lain.

b. Sikap orang tua dalam keluarga

   Secara tidak langsung, sikap orang tua terhadap anak, sikap ayah dan ibu, atau sebaliknya, dapat mempengaruhi perkembangan moral anak, yaitu melalui proses peniruan (imitasi). Sikap orang tua yang keras (otoriter) cenderung melahirkan sikap disiplin semu pada anak, Adapun sikap yang acuh tak acuh, atau sikap masa bodoh cenderung mengembangkan sikap kurang bertanggung jawab dan kurang memedulikan norma pada diri anak. Sikap yang sebaiknya dimiliki oleh orang tua yaitu sikap kasih sayang, keterbukaan, musyawarah (dialogis), dan konsisten.

c. Penghayatan dan pengamalan agama yang dianut

   Orang tua merupakan panut (teladan) bagi anak, termasuk di sini panutan dalam mengamalkan ajaran agama. Orang tua yang menciptakan iklim yang religius (agamis) dengan cara memberikan ajaran atau bimbingan tentang nilai-nilai agama kepada anak, maka anak akan mengalami perkembangan moral yang baik.

d. Sikap orang tua dalam menerapkan norma

   Orang tua yang tidak menghendaki anaknya berbohong atau berlaku tidak jujur, maka mereka harus menjauhkan dirinya dari perilaku berbohong atau tidak jujur.

B. Proses Perkembangan Moral

Perkembangan moral anak dapat berlangsung melalui beberapa cara, sebagai berikut:

1. Pendidikan langsung, yaitu melalui penanaman pengertian tentang tingkah laku yang benar dan salah, atau baik dan buruk oleh orang tua, guru atau orang dewasa lainnya. Di samping itu, yang paling penting dalam pendidikan moral ini, adalah keteladanan dariorang tua, guru, atau orang dewasa lainnya dalam melakukan nilai-nilai moral.
2. Identifikasi, yaitu dengan cara mengidentifikasi atau meniru penampilan atau tingkah laku moral seseorang yang menjadi idolanya (seperti orang tua, guru, kiai, artis, atau orang dewasa lainnya).
3. Proses coba-coba (*trial and error*), yaitu dengan cara mengembangkan tingkah laku moral secara coba-coba. Tingkah laku yang mendatangkan pujian atau penghargaan akan terus dikembangkan, sementara tingkah laku yang mendatangkan hukuman atau celaan akan dihentikannya.

C. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Moral

John Locke dan J.B. Watson, mengungkapkan faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan moral manusia, meliputi:

1. Pengalaman, sebagai proses belajar.
2. Keluarga, meliputi:
   a. Sikap/keadaan sosial-ekonomi keluarga;
   b. Posisi dalam keluarga; dan
   c. Sifat anggota keluarga lain.
3. Kebudayaan, contoh:
   a. Bila anak hidup di suasana yang memalukan, dia belajar untuk selalu merasa bersalah;
   b. Bila orang berada di lingkungan orang-orang yang kritis, dia akan memiliki argumen yang relevan saat bicara; dan

c. Bila orang hidup dalam suasana kejujuran, maka ia akan memahami mengenai keadilan.

PERKEMBANGAN BAHASA DAN PERILAKU KOGNITIF

A. Perkembangan Bahasa

Bahasa merupakan kemampuan untuk berkomunikasi dengan orang lain. Dalam pengertian ini tercakup semua cara untuk berkomunikasi, di mana pikiran dan perasaan dinyatakan dalam bentuk lambang atau simbol untuk mengungkapkan suatu pengertian seperti dengan menggunakan lisan, tulisan, isyarat, bilangan, lukisan, dan mimik muka.

Bahasa merupakan faktor hakiki yang membedakan manusia dengan hewan. Bahasa merupakan anugerah dari Allah SWT, yang dengannya manusia dapat mengenal atau memahami dirinya, sesama manusia, alam, dan penciptanya serta mampu memosisikan dirinya sebagai makhluk berbudaya dan mengembangkan budayanya.

Bahasa sangat erat kaitannya dengan perkembangan berpikir individu. Perkembangan pikiran individu tampak dalam perkembangan bahasanya yaitu kemampuan membentuk pengertian, menyusun pendapat, dan menarik kesimpulan.

Untuk dapat berkomunikasi secara efektif dengan orang lain dituntut kemampuan berbahasa. Bahasa merupakan faktor esensial yang membedakan manusia dengan hewan. Dengan bahasa, manusia dapat mengenal dan memahami dirinya, sesama, dan lingkungan hidupnya. Manusia dapat mengutarakan ide-ide, gagasan, pemikiran, hal-hal yang disukai dan tidak disukainya melalui bahasa. Dengan bahasa pula manusia dapat memenuhi kebutuhan hidupnya. Dengan kemampuan berbahasa yang dimilikinya, manusia dapat berkomunikasi dengan sesamanya walaupun masing-masing berasal dari latar belakang budaya yang berbeda.

Dalam berbahasa, seorang anak diharapkan dapat memenuhi kemampuan yang berhubungan dengan:

1. Pemahaman kemampuan memahami makna ucapan orang lain.
2. Pengembangan perbendaharaan kata: berkembangnya kemampuan anak untuk berkomunikasi dengan orang lain diharapkan dapat menambah perbendaharaan katanya.
3. Penyusunan kata-kata menjadi kalimat: semakin banyak perbendaharaan kata yang dimiliki anak, diharapkan ia mampu menyusun kata-kata tersebut dalam kalimat-kalimat yang sederhana. Seiring dengan meningkatnya usia dan semakin luas lingkup pergaulan anak maka tipe kalimat yang dapat disusun dan diucapkan akan semakin panjang dan bervariasi.
4. Ucapan: dengan bertambahnya usia dan melalui proses belajar menirukan dan mencontoh orang lain disekitarnya, anak akan mampu mengucapkan dengan benar dan jelas lafal kata-kata tertentu yang pada mulanya dirasakan sulit seperti huruf R, Z, W, G.

Perkembangan pikiran itu dimulai pada usia 1,6-2,0 tahun, yaitu pada saat anak dapat menyusun kalimat dua atau tiga kata. Laju perkembangan itu sebagai berikut:

a. Usia 1,6 tahun, anak dapat menyusun pendapat positif, seperti: bapak makan.
b. Usia 2,6 tahun, anak dapat menyusun pendapat negatif (menyangkal), seperti: Bapak tidak makan.
c. Pada usia selanjutnya, anak dapat menyusun pendapat:
    1) Kritikan: ini tidak boleh, ini tidak baik.
    2) Keragu-raguan: barangkali, mungkin, bisa jadi, ini terjadi apabila anak sudah menyadari akan kemungkinan kekhilafannya.
    3) Menarik kesimpulan analogi, seperti: anak melihat ayahnya tidur karena sakit, pada waktu lain anak melihat ibunya tidur, dia mengatakan bahwa ibu tidur karena sakit.

Ada dua tipe perkembangan bahasa anak, sebagai berikut:

1. *Egocentric speech*, yang terjadi ketika berlangsung kontak antara anak dan dirinya sendiri. Berbicara monolog (*egocentric speech*)

berfungsi untuk mengembangkan kemampuan berpikir anak yang pada umumnya dilakukan oleh anak berusia 2-3 tahun.

2. *Socialized speech*, yang terjadi ketika berlangsung kontak antara anak dan temannya atau dengan lingkungannya. Perkembangan ini dibagi ke dalam lima bentuk: (a) *adapted information*, di sini terjadi saling tukar gagasan atau adanya tujuan bersama yang dicari; (b) *critism*, yang menyangkut penilaian anak terhadap ucapan atau tingkah laku orang lain; (c) *command* (perintah), *request* (permintaan) dan *threat* (ancaman); (d) *questions* (pertanyaan); dan (e) *answers* (jawaban).

Perkembangan bahasa dipengaruhi oleh faktor-faktor sebagai berikut:

1. Faktor kesehatan. Kesehatan merupakan faktor yang sangat mempengaruhi perkembangan bahasa anak, terutama pada usia awal kehidupannya. Apabila pada usia dua tahun pertama, anak mengalami sakit terus-menerus, maka anak ini cenderung akan mengalami kelambatan atau kesulitan dalam perkembangan bahasanya. Oleh karena itu, untuk memelihara perkembangan bahasa anak secara normal, orang tua perlu memper hatikan kondisi kesehatan anak. Upaya yang dapat ditempuh ialah dengan cara memberikan ASI, makanan yang bergizi, memelihara kebersihan tubuh anak, atau secara reguler memeriksakan anak ke dokter atau puskesmas.
2. Inteligensi perkembangan bahasa anak dapat dilihat dari tingkat inteligensinya. Anak yang perkembangan bahasanya cepat, pada umumnya mempunyai inteligensi normal atau di atas normal.).
3. Status sosial-ekonomi keluarga. Beberapa studi tentang hubungan antara perkembangan bahasa dengan status sosial-ekonomi keluarga menunjukkan bahwa anak yang berasal dari keluarga miskin mengalami kelambatan dalam perkembangan bahasa dibandingkan dengan anak yang berasal dari keluarga yang lebih baik. Kondisi ini terjadi mungkin disebabkan oleh perbedaan kecerdasan atau kesempatan belajar (keluarga miskin diduga

kurang memerhatikan perkembangan bahasa anaknya), atau kedua-duanya. (Hetzer & Reindorf dalam E. Hurlock. 1956)

4. Jenis kelamin (*sex*). Pada tahun pertama usia anak, tidak ada perbedaan dalam vokalisasi antara pria dan wanita. Namun mulai usia dua tahun, anak wanita menunjukkan perkembangan yang lebih cepat dari anak pria.
5. Hubungan keluarga. Hubungan ini dimaknai sebagai proses pengalaman berinteraksi dan berkomunikasi dengan lingkungan keluarga, terutama dengan orang tua yang mengajar, melatih, dan memberikan contoh berbahasa kepada anak.

B. Perkembangan Perilaku Kognitif

Istilah *cognitive* berasal dari kata *cognition* yang padanannya *knowing*, berarti mengetahui. Dalam arti yang luas, *cognition* (kognisi) ialah perolehan, penataan, dan penggunaan pengetahuan (Neisser, 1976). Dalam perkembangan selanjutnya, istilah kognitif menjadi populer sebagai salah satu domain atau wilayah/ranah psikologis manusia yang meliputi setiap perilaku mental yang berhubungan dengan pemahaman, pertimbangan, pengolahan informasi, pemecahan masalah, kesengajaan, dan keyakinan. Ranah kejiwaan yang berpusat di otak ini juga berhubungan dengan konasi (kehendak) dan afeksi (perasaan) yang bertalian dengan ranah rasa. (Chaplin, 1972)

Sebagian besar psikolog terutama kognitivis (ahli psikologi kognitif) berkeyakinan bahwa proses perkembangan kognitif manusia mulai berlangsung sejak ia baru lahir. Bekal dan modal dasar perkembangan manusia, yakni kapasitas motor dan sensori seperti yang telah penyusun uraikan di muka, ternyata sampai batas tertentu, juga dipengaruhi oleh aktivitas ranah kognitif. Pada bagian ini telah penyusun utarakan, bahwa campur tangan sel-sel otak terhadap perkembangan bayi baru dimulai setelah ia berusia lima bulan saat kemampuan sensorinya (seperti melihat dan mendengar) benar-benar mulai tampak.

Menurut para ahli psikologi kognitif, pendayagunaan kapasitas ranah kognitif sudah mulai berjalan sejak manusia itu mulai mendayagunakan kapasitas motor dan sensorinya. Hanya, cara dan intensitas pendayagunaan kapasitas ranah kognitif tersebut tentu masih belum jelas benar. Argumen yang dikemukakan para ahli mengenai hal ini antara lain bahwa kapasitas sensori dan jasmani seorang bayi yang baru lahir tidak mungkin dapat diaktifkan tanpa aktivitas pengendalian sel-sel otak bayi tersebut. Sebagai bukti, jika seorang bayi lahir dengan cacat atau berkelainan otak, kecil kemungkinan bayi tersebut dapat mengotomatisasikan refleks-refleks motode dan daya-daya sensorinya. Otomatisasi refleks dan sensori, menurut para ahli, tidak pernah terlepas sama sekali dari aktivitas ranah kognitif, sebab pusat refleks sendiri terdapat dalam otak, Adapun otak adalah pusat ranah kognitif manusia.

Selanjutnya, seorang pakar terkemuka dalam disiplin psikologi kognitif dari anak, Jean Piaget (sebut: Jin Piasye), yang hidup antara 1896-1980, mengklasifikasikan perkembangan kognitif anak menjadi empat tahapan:

1. Tahap *sensory-motor,* yakni perkembangan ranah kognitif yang terjadi pada usia 0-2 tahun.
2. Tahap *pre-operational*, yakni perkembangan ranah kognitif yang terjadi pada usia 2-7 tahun.
3. Tahap *concrete-operational*, yang terjadi pada usia 7-11 tahun.
4. Tahap *formal-operational*, yakni perkembangan ranah kognitif yang terjadi pada usia 11-15 tahun. (Daehler & Bukatko, 1985; Best, 1989; Anderson, 1990)

Istilah-istilah khusus dan arti-artinya yang berhubungan dengan proses perkembangan kognitif anak versi Piaget tersebut:

1. *Sensory-motor schema* (skema sensori-motor) ialah sebuah atau serangkaian perilaku terbuka yang tersusun secara sistematis untuk merespons lingkungan (barang, orang, keadaan, kejadian).

2. *Cognitive schema* (skema kognitif) ialah perilaku tertutup berupa tatanan langkah-langkah kognitif (*operations*) yang berfungsi memahami apa yang tersirat atau menyimpulkan lingkungan yang direspons.
3. *Object permanance* (ketetapan benda), yakni anggapan bahwa sebuah benda akan tetap ada walaupun telah ditinggalkan atau tidak dilihat lagi.
4. *Assimilation* (asimilasi), yakni proses aktif dalam menggunakan skema untuk merespons lingkungan.
5. *Accomodation* (akomodasi), yakni penyesuaian aplikasi skema yang cocok dengan lingkungan yang direspons.
6. *Equilibrium* (ekuilibrium), yakni keseimbangan antara skema yang digunakan dan lingkungan yang direspons sebagai hasil ketepatan akomodasi.

Terdapat hubungan yang amat erat antara perkembangan bahasa dan perilaku kognitif. Taraf-taraf penguasaan keterampilan berbahasa dipengaruhi, bahkan bergantung pada tingkat-tingkat kematangan dalam kemampuan intelektual. Sebaliknya, bahasa merupakan sarana dan alat yang strategis bagi 1ajunya perkembangan perilaku kognitif.

Perkembangan fungsi-fungsi dan perilaku kognitif itu menurut Loree (1970: 77), dapat dideskripsikan dengan dua cara yaitu secara kualitatif dan kuantitatif.

EMOSI DAN PERASAAN

Perasaan dan emosi pada umumnya disyaratkan sebagai keadaan (*state*) yang ada pada individu atau organisme pada suatu waktu. Misal seseorang merasa sedih, senang, takut, marah, ataupun gejala-gejala yang lain setelah melihat, mendengar, atau merasakan sesuatu. Dengan kata lain, perasaan dan emosi disifatkan sebagai suatu keadaan kejiwaan pada organisme atau individu sebagai suatu keadaan kejiwaan pada organisme atau individu sebagai akibat adanya peris-

tiwa atau persepsi yang dialami oleh organisme. Pada umumnya, peristiwa atau keadaan ini menimbulkan keguncangan-keguncangan dalam diri organisme yang bersangkutan.

A. Emosi

Emosi merupakan suatu keadaan pada diri organisme ataupun individu pada suatu waktu tertentu yang diwarnai dengan adanya gradasi afektif mulai dari tingkatan yang lemah sampai pada tingkatan yang kuat (mendalam), seperti tidak terlalu kecewa dan sangat kecewa.

Berbagai emosi dapat muncul dalam diri seperti sedih, gembira, kecewa, benci, cinta, marah. Sebutan yang diberikan pada emosi tersebut akan mempengaruhi bagaimana anak berpikir dan bertindak mengenai perasaan tersebut. Sejak kecil ia telah mulai membedakan antara perasaan yang satu dan yang lain, karena perbedaan tanggapan yang diberikan orang tua terhadap berbagai perasaan dan tingkah lakunya. Dapatlah dikatakan bahwa berkembangnya emosi anak tidak terlepas dari hubungan sosial dengan sesamanya. Kemampuan untuk membedakan emosi seseorang tidak hanya berkembang sejalan dengan bertambahnya usia, tetapi juga bagaimana emosi orang-orang disekitarnya.

Emosi pada umumnya berlangsung dalam waktu yang relatif singkat, sehingga emosi berbeda dengan *mood*. *Mood* atau suasana hati umumnya berlangsung dalam waktu yang relatif lebih lama daripada emosi, tetapi intensitasnya kurang apabila dibandingkan dengan emosi. Apabila seseorang mengalami marah (emosi), maka kemarahan ini tidak segera hilang begitu saja, tetapi masih terus berlangsung dalam jiwa seseorang (ini yang dimaksud dengan mood) yang akan berperan dalam diri orang yang bersangkutan. Namun demikian, ini juga perlu dibedakan dengan temperamen. Temperamen adalah keadaan psikis seseorang yang lebih permanen daripada *mood*, karena itu temperamen lebih merupakan predisposisi yang ada pada diri seseorang, dan karena itu temperamen lebih merupakan aspek kepribadian seseorang apabila dibandingkan dengan *mood*.

Kalau keadaan perasaan telah begitu kuat, hingga hubungan dengan sekitar terganggu, hal ini telah menyangkut masalah emosi. Dalam keadaan emosi, pribadi seseorang telah dipengaruhi sedemikian rupa hingga pada umumnya individu kurang dapat menguasai diri lagi. Perilaku pada umumnya tidak lagi memerhatikan suatu norma yang ada dalam hidup bersama, tetapi telah memperlihatkan adanya hambatan dalam diri individu.

Seseorang yang mengalami emosi pada umumnya tidak lagi memerhatikan keadaan sekitarnya. Suatu aktivitas tidak dilakukan oleh seseorang dalam keadaan normal, tetapi adanya kemungkinan dikerjakan oleh yang bersangkutan apabila sedang mengalami emosi.

Oleh karena itu, sering dikemukakan bahwa emosi merupakan keadaan yang ditimbulkan oleh situasi tertentu (khusus), dan emosi cenderung terjadi dalam kaitannya dengan perilaku yang mengarah (*approach*) atau menyingkiri (*avoidance*) terhadap sesuatu, dan perilaku tersebut pada umumnya disertai adanya ekspresi kejasmanian, sehingga orang lain dapat mengetahui bahwa seseorang sedang mengalami emosi.

Namun demikian, kadang-kadang orang masih dapat mengontrol keadaan dirinya sehingga emosi yang dialami tidak tercetus keluar dengan perubahan atau tanda-tanda kejasmanian tersebut. *Masking* adalah keadaan yang dapat menyembunyikan atau dapat menutupi emosi yang dialaminya.

1. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Emosi anak-anak

Sejumlah penelitian tentang emosi anak menunjukkan bahwa perkembangan emosi mereka bergantung pada faktor kematangan dan belajar (Hurlock, 1960: 266). Reaksi emosional yang tidak muncul pada awal kehidupan tidak berarti tidak ada, reaksi ini mungkin akan muncul di kemudian hari, dengan berfungsinya sistem endokrin. Kematangan dan belajar terjalin erat satu sama lain dalam mempengaruhi perkembangan emosi.

Metode belajar yang menunjang perkembangan emosi anak-anak, antara lain:

1. Belajar dengan coba-coba: mengekspresikan emosi kepuasan atau ketidakpuasan atas hasil belajar yang diperolehnya. Lebih umum digunakan pada masa kanak-kanak.
2. Belajar dengan cara meniru: bereaksi dengan emosi dan metode ekspresi yang sama dengan orang-orang yang diamati.
3. Belajar dengan cara mempersamakan diri dengan orang yang dikagumi.
4. Belajar melalui pengkondisian melalui proses asosiasi.
5. Pelatihan atau belajar di bawah bimbingan dan pengawasan, terbatas pada aspek reaksi.

B. Perasaan

Menurut Chaplin (1972), yang dimaksud dengan perasaan adalah keadaan atau *state* individu sebagai akibat dari persepsi sebagai akibat stimulus baik internal maupun eksternal. Adapun emosi merupakan reaksi yang kompleks yang mengandung aktivitas dengan derajat yang tinggi dan adanya perubahan dalam kejasmanian serta berkaitan dengan perasaan yang lebih kuat. Karena itu emosi lebih intens daripada perasaan, dan sering terjadi perubahan perilaku, hubungan dengan lingkungan kadang-kadang terganggu.

Apa yang dimaksud dengan perasaan telah dikemukakan di depan. Dalam perasaan ada beberapa sifat tertentu yang ada padanya, yaitu:

1. Pada umumnya perasaan berkaitan dengan persepsi, dan merupakan reaksi terhadap stimulus yang mengenainya. Keadaan dapat menimbulkan perasaan pada masing-masing individu, tetapi perasaan yang timbul pada masing-msing individu ternyata dapat berbeda satu dengan yang lainnya. Ada yang mengalami suatu keadaan dan sangat merasa senang, ada juga yang merasa biasa, dan bahkan mungkin ada yang mengalami perasaan tidak senang. Dengan demikian, sekalipun stimulusnya sama, namun

perasaan yang ditimbulkan oleh stimulus ini berbeda-beda.

2. Perasaan bersifat subjektif, lebih subjektif apabila dibandingkan dengan peristiwa-peristiwa psikis lainnya.
3. Perasaan yang dialami oleh individu sebagai perasaan senang atau tidak senang sekalipun tingkatannya sangat berbeda-beda. Namun demikian, perasaan senang dan tidak senang bukanlah satu-satunya dimensi dari perasaan.

C. Jenis Perasaan

Sehubungan dengan waktu dan perasaan, Stern (lihat Bigot dkk. 1950) membedakan perasaan dalam tiga golongan, yaitu:

1. Perasaan presens, yaitu perasaan yang timbul dalam keadaan yang sekarang nyata dihadapi, yaitu berhubungan situasi dan aktual.
2. Perasaan yang menjangkau maju, merupakan jangkauan ke depan. Yaitu perasan dalam kejadian-kejadian yang akan datang, jadi masih dalam pengharapan.
3. Perasaan yang berkaitan dengan waktu yang telah lampau, yaitu perasaan yang timbul dengan melihat kejadian-kejadian yang telah lalu. Misal, orang merasa sedih karena teringat pada waktu masih dalam keadaan jaya.

Max Scheler (lihat Bigot dkk. 1950), mengajukan pendapat ada empat macam tingkatan dalam perasaan, yaitu:

1. Perasaan tingkat sensoris, yaitu perasaan yang didasarkan atas kesadaran yang berhubungan dengan stimulus pada kejasmanian, misal rasa sakit, panas, dan dingin.
2. Perasaan kehidupan vital, yaitu yang bergantung pada keadaan jasmani keseluruh misal rasa segar, dan lelah.
3. Perasaan psikis dan kejiwaan, yaitu perasaan senang, susah, takut.
4. Perasaan kepribadian, yaitu perasaan yang berhubungan dengan

keseluruhan pribadi misal perasaan harga diri, putus asa, dan puas.

Bigot dkk. (1950), memberikan klasifikasi perasaan sebagai berikut:

1. Perasaan keindraan, yaitu perasaan yang berkaitan dengan alat indra, misal perasaan yang berhubungan dengan pengecapan, misal rasa asin, pahit, dan manis. Termasuk dalam hal ini juga rasa lapar, haus, dan lelah.
2. Perasaan psikis atau kejiwaan, yang masih dibedakan atas (a) perasaan intelektual; (b) kesusilaan; (c) keindahan; (d) sosial atau kemasyarakatan; (e) harga diri; dan (f) ketuhanan.

MINAT

Minat ialah suatu dorongan yang menyebabkan terikatnya perhatian individu pada objek tertentu seperti pekerjaan, pelajaran, benda, dan orang. Minat berhubungan dengan aspek kognitif, afektif, dan motorik dan merupakan sumber motivasi untuk melakukan apa yang diinginkan.

Minat berhubungan dengan sesuatu yang menguntungkan dan dapat menimbulkan kepuasan bagi dirinya. Kesenangan merupakan minat yang sifatnya sementara Adapun minat bersifat tetap (*persistent*) dan ada unsur memenuhi kebutuhan dan memberikan kepuasan. Semakin sering minat diekspresikan dalam kegiatan akan semakin kuat minat tersebut, sebaliknya minat akan menjadi pupus kalau tidak ada kesempatan untuk mengekspresikannya.

A. Sifat-sifat dan Faktor-faktor Minat

Minat memiliki sifat dan karakter khusus, sebagai berikut:

1. Minat bersifat pribadi (individual), ada perbedaan antara minat seseorang dan orang lain.
2. Minat menimbulkan efek diskriminatif.
3. Erat hubungannya dengan motivasi, mempengaruhi, dan dipe-

ngaruhi motivasi.

4. Minat merupakan sesuatu yang dipelajari, bukan bawaan lahir dan dapat berubah tergantung pada kebutuhan, pengalaman, dan mode.

Adapun faktor-faktor yang meliputi minat, sebagai berikut:

1. Kebutuhan fisik, sosial, dan egoistis.
2. Pengalaman.

MOTIVASI

Baik hewan ataupun manusia dalam bertindak selain ditentukan oleh faktor luar juga ditentukan oleh faktor dalam, yaitu beberapa kekuatan yang datang dari organisme yang bersangkutan sebagai pendorong bagi tindakannya. Dorongan yang datang dari dalam untuk berbuat ini yang disebut motif. Motif sebagai pendorong pada umumnya tidak berdiri sendiri, tetapi saling kait mengait dengan faktor-faktor lain. Hal ini yang dapat mempengaruhi motif, yang disebut motivasi.

Manusia sebagai organisme mengalami proses perkembangan. Perkembangan ini berhubungan dengan upaya memenuhi kebutuhan hidupnya. Menurut Abraham Maslow, kebutuhan hidup manusia meliputi:

1. *Physiological needs* (kebutuhan fisik, sandang, pangan, dan papan).
2. *Safety needs* (kebutuhan akan rasa aman).
3. *Belongingness needs* (kebutuhan untuk dihargai).
4. *Self actualization* (kebutuhan akan aktualisasi diri).

Adanya dorongan dalam diri manusia untuk berbuat, memenuhi kebutuhan hidupnya disebut sebagai motif. Dapat dikatakan motif sebagai kekuatan yang ada dalam diri manusia yang menyebabkannya bertindak atau berbuat untuk memenuhi kebutuhannya ataupun mencapai tujuan tertentu. Motif lebih menekankan pada dorongan

internal dalam diri individu seperti halnya:

1. *Organic motives* (makan, minum, seks, dan istirahat).
2. *Emergency motives* (melepaskan diri dari bahaya, melawan/mengatasi rintangan).
3. *Objective motives* (menjalin relasi sosial dengan sesama lingkungannya).

Adapun motivasi ada yang bersifat internal dan eksternal. Motivasi yang sifatnya eksternal terkait dengan pengaruh atau eksistensi orang lain di luar diri individu, misalnya pengaruh dari orang tua, guru, teman yang dapat mendorong seseorang untuk berbuat sesuatu.

Motivasi merupakan keadaan dalam diri individu atau organisme yang mendorong perilaku ke arah tujuan. Dengan demikian, dapat dikemukakan motivasi mempunyai tiga aspek, yaitu (1) keadaan terdorong dalam diri organisme, yaitu kesiapan bergerak karena kebutuhan misalnya kebutuhan jasmani, karena keadaan lingkungan, atau karena keadaan mental seperti berpikir dan ingatan; (2) perilaku yang timbul dan terarah karena keadaan ini; dan (3) sasaran atau tujuan yang dituju oleh perilaku tersebut.

A. Konsep Motivasi

Teori kepribadian yang pernah diungkap Maslow (1970), berdiri di atas sejumlah asumsi dasar tentang motivasi. *Pertama*, Maslow melakukan pendekatan holistis terhadap motivasi yaitu seluruh orang, bukan satu bagian atau fungsi tunggalnya saja yang termotivasi. *Kedua*, motivasi biasanya bersifat kompleks, artinya perilaku seseorang dapat muncul dari beberapa motif yang terpisah. *Ketiga,* adalah manusia termotivasi secara teru-menerus oleh satu kebutuhan atau kebutuhan lainnya. *Keempat*, semua orang di mana pun termotivasi oleh kebutuhan-kebutuhan yang sama. *Kelima,* atau terakhir tentang motivasi adalah kebutuhan dapat disusun dalam bentuk hierarki. (Maslow 1943,1970)

B. Teori-teori Motif

Motif atau *driving state* dapat timbul karena stimulus internal, eksternal, ataupun interaksi antara keduanya (Cri-der, 1983). Misalnya, keinginan untuk mendapatkan makanan dan minuman, timbul karena faktor internal yaitu kebutuhan fisiologis.

Mengenai motif ini, ada beberapa teori yang memberikan gambaran tentang seberapa jauh peranan dari stimulus internal dan eksternal. Teori-teori ini antara lain:

1. Teori insting (*insticnt theory*), merupakan predisposisi yang alami (*innate*) untuk berbuat apabila menghadapi stimulus tertentu.
2. Teori dorongan (*drive theory*), teori ini berdasarkan atas dasar biologis yaitu berkaitan dengan *drive* dan *drive reduction*.
3. Teori gejolak (*arousal theory*), disebut sebagai *optimal level theory.* Pada dorongan *theory* ini asumsinya ialah organisme mencari atau mengurangi ketegangan (*tension*), sehingga denagn demikian organimisme ini mempertahankan gejolak atau *arousal* ini dalam keadaan yang minimum, relatif rendah.
4. Teori insentif (*incentive theory*), adalah mendasar atas keadaan internal organimisme yaitu mendasar atas faktor biologis. Teori insentif mempunyai titik pijak yang berbeda. Teori ini justru berpijak pada faktor eksternal yang dapat memicu atau mendorong organimisme berbuat dan stimulus eksternal ini disebut intensif. Berasumsi bahwa organimisme akan menyadari tentang akibat atau konsekuensi dari perilaku atau perbuatannya, dan organimisme akan mendekati kepada intensif yang positif, dan menjauhi intensif yang negatif.

Jenis-jenis motif terdapat bermacam-macam, namun pendapat ahli yang satu berbeda dengan pendapat ahli yang lain. Di samping itu, ada ahli yang menekankan pad suatu macam motif, tetapi juga ada ahli yang menekankan pada macam motif yang lain. Namun demikian, para ahli pada umumnya sependapat bahwa ada motif yang berkaitan dengan kelangsungan hidup organimisme, yaitu yang

disebut sebagai motif biologis (Gerungan, 1965) atau sebagai kebutuhan filosofis (Maslow, 1970).

SIKAP

Sikap merupakan kesiapan atau keadaan siap untuk timbulnya suatu perbuatan atau tingkah laku. Sikap juga merupakan organisasi keyakinan-keyakinan seseorang mengenai objek atau situasi yang relatif ajek, yang memberi dasar kepada orang untuk membuat respons dalam cara tertentu. Sikap merupakan penentu dalam tingkah laku manusia, sebagai reaksi sikap selalu berhubungan dengan dua hal yaitu '*like*' atau '*dislike*' (senang atau tidak senang, suka atau tidak suka). Mengacu pada adanya faktor perbedaan individu (pengalaman, latar belakang, pendidikan, dan kecerdasan), maka reaksi yang dimunculkan terhadap satu objek tertentu akan berbeda pada setiap orang.

Sikap mempunyai tiga komponen dasar, yaitu:

Komponen kognisi : berhubungan dengan *beliefs*, ide, dan konsep.

Komponen afeksi : berhubungan dengan dimensi emosional seseorang.

Komponen konasi psikomotorik:
berhubungan dengan kecenderungan atau untuk bertingkah laku.

KEPRIBADIAN

Istilah kepribadian atau *personality* berasal dari bahasa Latin *persona* yang berarti topeng. Menurut Allport (Hurlock, 1978), kepribadian merupakan susunan sistem psikofisik yang dinamis dalam diri individu yang unik dan mempengaruhi penyesuaian dirinya terhadap lingkungan. Kepribadian juga merupakan kualitas perilaku individu yang tampak dalam melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungannya secara unik. Faktor-faktor yang mempengaruhi kepribadian antara lain: fisik, inteligensi, jenis kelamin, teman sebaya, keluarga, kebudayaan, lingkungan dan sosial budaya, serta faktor internal dari dalam diri individu seperti tekanan emosional.

Ciri-ciri kepribadian yang sehat antara lain:

1. Mandiri dalam berpikir dan bertindak.
2. Mampu menjalin relasi sosial yang sehat dengan sesamanya.
3. Mampu menerima diri sendiri dan orang lain sebagaimana apa adanya.
4. Dapat menerima dan melaksanakan tanggung jawab yang dipercayakan.
5. Dapat mengendalikan emosi.

BAKAT DAN KREATIVITAS

Bakat merupakan kemampuan bawaan yang merupakan potensi yang masih perlu dikembangkan atau dilatih (C. Semiawan, dkk. 1984). Pada dasarnya, setiap manusia memiliki bakat pada suatu bidang tertentu dengan kualitas yang berbeda-beda. Bakat yang dimiliki oleh seseorang dalam bidang tertentu memungkinkannya mencapai prestasi pada bidang ini. Untuk itu diperlukan adanya latihan, pengetahuan, dorongan asosiasi dan moral (*social and moral support*) dari lingkungan yang terdekat. Bakat yang ada bersifat akademik dan non-akademik. Bersifat akademik berhubungan dengan pelajaran dan bersifat non-akademik berhubungan dengan bakat dalam bidang sosial, seni, olahraga, serta kepemimpinan.

Kreativitas dapat diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menciptakan suatu produk baru. Kreativitas juga berhubungan dengan kemampuan untuk membuat kombinasi-kombinasi baru atau melihat hubungan-hubungan baru antar unsure, data atau hal-hal yang sudah ada sebelumnya. (C. Semiawan,dkk. 1984)

Pada dasarnya setiap individu memiliki potensi kreatif. Permasalahannya ialah apakah individu yang bersangkutan mendapatkan rangsangan mental dan suasana yang kondusif, baik dalam keluarga maupun di sekolah untuk mengembangkan potensi kreatifnya.

PERBEDAAN INDIVIDUAL

- Perbedaan inter-individual adalah:
  Perbedaan-perbedaan yang ada antara satu individu dengan individu lainnya.
- Perbedaan intra-individual adalah:
  Variasi-variasi perubahan yang terjadi dalam diri individu sebagai akibat dari bertambahnya usia.

Karakteristik Perbedaan Individu

1. Karakteristik Fisiologis

Suatu pendidikan neurologis/*neuroscience* dalam perkembangan perilaku manusia.

- Adanya variasi-variasi dalam fungsi-fungsi fisiologikal seperti sistem saraf dan kelenjar endokrin (kelenjar pertumbuhan) pada setiap diri individu.
- Pentingnya fungsi-fungsi dari sistem saraf dan kelenjar dalam belajar.

2. Karakteristik Fisik

- Adanya variasi-variasi perbedaan dalam ciri-ciri fisik seperti tinggi badan, berat badan, dan bentuk tubuh.
- Ciri-ciri fisik akan berpengaruh dalam persepsi diri, konsep diri, dan aktivitas individu.

3. Potensi-potensi Individu

Kapasitas mental individu untuk belajar (IQ dan bakat)

IQ (intelegence quotient), merupakan kapasitas umum seseorang untuk belajar (sangat berhubungan dengan pendidikan sekolah /formal).

Teori-teori yang mendukung:

- Teori Faktor G. (General) dan S (Spesifik).
- Teori *Multiple Factor* (Thurstone).

- Model Struktur Intelek (Guilford).
- *Multiple Intelligence* (Howard Gardner).

a. Konsistansi IQ:

IQ berkembang hingga batas usia 16–18 tahun, selanjutnya IQ cenderung menetap. Perubahan biasanya terjadi apabila individu mengalami trauma fisik (kecelakaan) pada masa tua.

b. Pengukuran IQ

Rumus:

$$IQ : \frac{MA}{CA} \times 100$$

MA : *Mental Age*
CA : *Chronological Age*

c. Klasifikasi IQ:

Distribusi IQ menurut Terman dan Merril

Classification	IQ
Very superior	140 and above
Superior	130–139
	120–129
High average	110–119
Normal average	100–109
	90–99
Low average	80–89
Borderline defective	70–79
Mentally defective	70

d. Kritik-kritik Hasil Tes IQ:

- Adanya "*labeling*".
- Hanya mengukur sebagian dari total kemampuan manusia.
- *Adversity Quotient* (AQ).

Merupakan suatu ukuran untuk mengetahui respons seseorang terhadap kesulitan, aspek psikologis yang menunjukkan daya juang dalam meraih kesuksesan di berbagai bidang.

AQ adalah ketahanmalangan yang dimiliki individu dalam merespons hambatan yang dihadapi, sehingga mampu bertahan dan menghadapi hambatan serta mengubahnya menjadi peluang dalam meraih keberhasilan.

a. Bakat

Suatu kapasitas yang berbeda-beda pada individu dalam menguasai bidang-bidang khusus (spesifik).

Bakat merupakan kemampuan bawaan/potensi dan masih perlu dikembangkan atau dilatih (C. Semiawan, dkk. 1988) Bakat yang dimiliki oleh seseorang dalam bidang tertentu memungkinkannya mencapai prestasi pada bidang tersebut. Bakat ada yang bersifat akademik dan non-akademik

b. Perbedaan Jenis Kelamin dan Pilihan Pekerjaan

Perbedaan jenis kelamin akan mempengaruhi pilihan pekerjaan. Pekerjaan yang berhubungan dengan kemampuan verbal banyak dipilih oleh perempuan, Adapun pekerjaan yang berhubungan dengan kemampuan manual banyak dipilih oleh laki-laki.

Dalam menentukan pilihan pekerjaan dipengaruhi oleh factor-faktor lain seperti: inteligensi, minat, kultur dan lain-lain.

c. Kecerdasan Emosional

Suatu kesanggupan untuk mengendalikan dorongan untuk mengendalikan dorongan emosi, membaca perasaan terdalam orang lain, dan memelihara hubungan dengan sebaik-baiknya. (Howard Gardner)

Kecerdasan emosional juga merupakan kemampuan untuk membedakan dan menanggapi dengan tepat suasana hati, temperamen, motivasi, dan hasrat orang lain. Solovey dan Mayer memperluas pendapat Gardner dalam lima wilayah utama, yakni:

a. Kemampuan untuk mengenali emosi diri sendiri.

b. Kemampuan untuk mengelola dan mengekspresikan emosi diri dengan tepat.
c. Kemampuan untuk memotivasi diri sendiri.
d. Kemampuan untuk mengenali orang lain.
e. Kemampuan membina hubungan dengan orang lain.

d. Kecerdasan Spiritual

Didasari oleh pendapat Danah Zohar dan Ian Marshal dalam bukunya *Spiritual Intelligence* (2000), dikatakan bahwa dalam otak manusia terdapat apa yang disebut "*God–spot*", yang menunjukkan aktivitas intensif bila berbicara dan memikirkan hal-hal spiritual.

Kecerdasan spiritual adalah suatu ragam kecerdasan yang menyadarkan kita akan makna hidup, serta memungkinkan secara kreatif menemukan dan mengembangkan nilai-nilai dan makna dalam kehidupan seseorang.

Implikasi perbedaan individu dalam pendidikan yaitu:

1. Guru dapat menyelesaikan instruksi pengajaran yang bervariasi.
2. Penyelesaian materi pengajaran sesuai keadaan siswa (kepribadian, bakat, dan motivasi).
3. Guru dapat mengatur pengelompokan murid dalam menyelesaikan tugas-tugas tertentu.

KESIMPULAN

Materi-materi tersebut mengandung beberapa fakta sebagai titik simpul untuk memahami aspek-aspek perkembangan manusia, meliputi:

- Dasar-dasar permulaan dari aspek perkembangan ialah sikap kritis, kebiasaan, dan pola perilaku yang dibentuk selama tahun-tahun pertama, yang sangat menentukan seberapa jauh individu-individu berhasil.
- Kondisi yang dapat menyebabkan perubahan ialah apabila ada motivasi yang kuat dari pihak individu sendiri untuk membuat perubahan.

- Setiap individu berbeda, memiliki karakteristik yang khas.
- Setiap tahap perkembangan mempunyai risiko.
- Setiap tahap perkembangan dibantu rangsangan dan dipengaruhi oleh perubahan budaya.
- Terdapat harapan sosial dari setiap kelompok terhadap anggotanya untuk menguasai keterampilan tertentu dan berlaku sesuai norma yang berlaku pada berbagai usia disepanjang rentang kehidupan.

SARAN

Dalam proses perkembangan manusia tidak selalu dapat menjadi yang ideal seperti apa yang diungkapkan dalam teori. Perlu adanya penyesuaian-penyesuaian sebagai faktor pendukung berkembangnya fisik dan psikologis manusia secara maksimal. Penyesuaian-penyesuaian ini meliputi:

- Pentingnya kontrol orang tua yang dominan tanpa mengekang kebebasan berekspresi anak. Hal ini bertujuan agar tumbuh kembang anak sejak kecil dapat terkontrol dengan baik.
- Diperlukan sikap saling mengerti dan memotivasi antar-individu.
- Adanya penyesuaian dengan standar-standar budaya yang berlaku secara ideal.
- Sejak masa kanak-kanak, setiap individu perlu diberikan kepercayaan oleh lingkungan disekitarnya. Hal ini bertujuan untuk memberi rasa tanggung jawab bagi setiap individu dalam kehidupan bermasyarakat.

BAB 3

TEORI-TEORI PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

Berhubungan beberapa aspek di dalamnya diberikan penonjolan tertentu, maka timbullah berbagai pandangan (teori) mengenai psikologi perkembangan. Suatu teori akan memperoleh arti yang penting bila ia lebih banyak dapat melukiskan, menerangkan, dan meramalkan gejala yang ada. Berdasarkan data ini secara umum dapat ditarik kesimpulan bahwa suatu teori adalah suatu konsepsualisasi yang umum. Konseptualisasi atau sistem pengertian ini diperoleh melalui jalan yang sistematis. Suatu teori harus dapat diuji kebenarannya, bila tidak dia bukan suatu teori, ada empat teori psikologi yang paling dominan yaitu psikoanalisis, behaviorisme, psikologi humanistis, teori kognitif.

Seperti dikemukakan di atas, salah satu disiplin ilmu yang berupaya menjelaskan perilaku manusia ialah psikologi. Tetapi perlu dipahami bahwa dalam disiplin psikologi ini terdapat banyak cabang yang meski sama-sama menjelaskan faktor-faktor determinan perilaku manusia, namun tak jarang bertolak belakang secara ekstrem. Salah satu titik ekstrem ialah aliran behavioristik, beserta derivatnya, yang berkeyakinan bahwa segala macam perilaku manusia dipengaruhi oleh faktor-faktor di luar dirinya yang disebutnya stimulus.

Sigmund Freud, pendiri psikoanalisis, merupakan ahli psikologi pertama yang memfokuskan perhatiannya kepada totalitas kepribadian manusia, bukan kepada bagian-bagiannya yang terpisah. Selain itu, dengan memfokuskan pada salah satu aliran saja diharapkan dapat mengenal lebih mendalam pemanfaatan psikologi bagi kehidupan.

Pada 1950an muncul psikologi humanistis yaitu aliran dalam psikologi yang dianggap sebagai reaksi terhadap behaviorisme dan psikoanalisis. Aliran ini secara eksplisit memberikan perhatian pada dimensi manusia dari psikologi dan konteks manusia dalam pengembangan teori psikologis.

Pendekatan humanistis ini mempunyai akar pada pemikiran eksistensialisme dengan tokoh seperti Kierkegaard, Nietzsche, Heidegger, dan Sartre.

Menurut Erik Erikson (1963), perkembangan psikososial terbagi menjadi beberapa tahap. Masing-masing tahap psikososial memiliki dua komponen, yaitu komponen yang baik (yang diharapkan) dan yang tidak baik (yang tidak diharapkan). Perkembangan pada fase selanjutnya tergantung pada pemecahan masalah pada tahap masa sebelumnya.

Teori perkembangan kognitif, dikembangkan oleh Jean Piaget, seorang psikolog Swiss yang hidup tahun 1896-1980. Teorinya memberikan banyak konsep utama dalam lapangan psikologi perkembangan dan berpengaruh terhadap perkembangan konsep kecerdasan, yang bagi Piaget, berarti kemampuan untuk secara lebih tepat merepresentasikan dunia dan melakukan operasi logis dalam representasi konsep yang berdasar pada kenyataan. Teori ini membahas munculnya dan diperolehnya *schemata* (skema) tentang bagaimana seseorang mempersepsi lingkungannya dalam tahapan-tahapan perkembangan, saat seseorang memperoleh cara baru dalam merepresentasikan informasi secara mental.

Sejumlah ide yang koheren, mengandung hipotesis dan asumsi-asumsi yang dapat diuji kebenarannya, dan berfungsi untuk menggambarkan, menjelaskan, dan memprediksi perubahan perilaku dan proses mental manusia sepanjang rentang kehidupannya.

Apa itu teori? Teori adalah pernyataan-pernyataan tentang sebuah konsep yang tersusun secara integratif yang berfungsi sebagai acuan saat harus menyebutkan/mendeskripsikan, membuat prediksi, dan menjelaskan sebuah fenomena atau perilaku yang muncul.

Kenapa kita membutuhkan teori?

- Teori dapat berfungsi sebagai kerangka berpikir.
- Teori memberi dasar dan alasan ketika melakukan intervensi dan tindakan nyata.
- Mengetahui apa yang harus dilakukan untuk meningkatkan kesejahteraan dan memberikan perlakuan yang lebih baik.

Perilaku dari Sudut Pandang Psikoanalisis

Seperti dikemukakan di atas, salah satu disiplin ilmu yang berupaya menjelaskan perilaku manusia ialah psikologi. Tetapi perlu dipahami bahwa dalam disiplin psikologi ini terdapat banyak cabang yang meski sama-sama menjelaskan faktor-faktor determinan perilaku manusia, namun tak jarang bertolak belakang secara ekstrem. Salah satu titik ekstrem yaitu aliran behavioristik, beserta derivatnya, yang berkeyakinan bahwa segala macam perilaku manusia dipengaruhi oleh faktor-faktor di luar dirinya yang disebut stimulus. Tujuan perilaku manusia ialah merespon stimulus ini. Adapun di ujung lainnya berdiri aliran Psikoanalisis yang dikomandani oleh Sigmund Freud, beserta derivatnya. Aliran ini berasumsi bahwa energi penggerak awal perilaku manusia berasal dari dalam dirinya yang terletak jauh di alam bawah sadar. Sigmund Freud, pendiri psikoanalisis, merupakan ahli psikologi pertama yang memfokuskan perhatiannya kepada totalitas kepribadian manusia, bukan kepada bagian-bagiannya yang terpisah. Sebagaimana tubuh fisik yang mempunyai struktur: kepala, kaki, lengan, dan batang tubuh, Sigmund Freud, berkeyakinan bahwa jiwa manusia juga mempunyai struktur, meski tentu tidak terdiri dari bagian-bagian dalam ruang. Struktur jiwa ini meliputi tiga instansi atau sistem yang berbeda. Masing-masing sistem ini memiliki peran dan fungsi sendiri-sendiri. Keharmonisan dan keselarasan kerja sama di antara ketiganya sangat menentukan kesehatan jiwa seseorang. Ketiga sistem ini meliputi: *Id*, Ego, dan Superego. Sebagaimana akan dijelaskan nanti, masing-masing sistem atau instansi memiliki peran dan fungsi sendiri-sendiri.

1. Id/Es

Sigmund Freud mengumpamakan kehidupan psikis seseorang bak gunung es yang terapung-apung di laut. Hanya puncaknya saja yang tampak di permukaan laut, Adapun bagian terbesar dari gunung ini tidak tampak, karena terendam dalam laut. Kehidupan psikis seseorang sebagian besar juga tidak tampak (bagi diri mereka sendiri), dalam arti tidak disadari oleh yang bersangkutan. Meski demikian, hal ini tetap perlu mendapat perhatian atau diperhitungkan, karena mempunyai pengaruh terhadap keutuhan pribadi (*integrated personality*) seseorang. Dalam pandangan Freud, apa yang dilakukan manusia, khususnya yang diinginkan, dicita-citakan, dikehendaki untuk sebagian besar tidak disadari oleh yang bersangkutan. Hal ini dinamakan *ketaksadaran dinamis*. Pada permulaan psikologi modern, kehidupan psikis diindentikkan begitu saja dengan kesadaran. Pandangan ini dipelopori oleh seorang filsuf Perancis, Rene Descartes (1596-1650) yang juga dijuluki Bapak Filsafat Modern. Menurut Descartes, anggapan adanya aktivitas psikis yang tidak disadari merupakan sebuah kontradiksi. Hidup psikis sama dengan kesadaran.

Persamaan antara hidup psikis dengan kesadaran ditekankan dengan cara yang ekstrem oleh murid Descartes dari Belanda, Arnold Geulincx (1624-1669). Salah satu pernyataannya yang terkenal ialah *Si facio acio quomodo fiat, (*Jika saya melakukan sesuatu, saya tahu juga bagaimana hal itu terjadi). Maksudnya, jika saya melakukan sesuatu, bukan saja saya tahu bahwa saya melakukannya, tetapi saya juga tahu bagaimana saya melakukannya. Oleh karena itu, Freud memilih istilah *Id* (atau bahasa aslinya *Es*) yang merupakan kata ganti orang *neutrum* atau netral. Dalam *Id* berlaku: bukan aku (subjek) pelakunya, melainkan ada yang melakukan dalam diri aku. Bagi Freud, adanya *Id* telah terbukti terutama melalui tiga cara.

Pertama, fenomena psikis yang paling jelas membuktikan adanya *Id* ialah mimpi. Tentang mimpi berlaku bahwa *bukan sayalah yang bermimpi tetapi ada yang bermimpi dalam diri saya*. Pada saat bermimpi, si pemimpi sendiri seolah-olah hanya merupakan penonton pasif. Ia bukan pelaku. Tontonan ini ditayangkan oleh ketaksadarannya. Da-

lam buku *Penafsiran Mimpi* (1900), bukunya yang pertama, Freud banyak membahas tentang mimpi.

Kedua, bukti lainnya ialah jika dipelajari perilaku yang sepertinya biasa-biasa saja alias tak punya arti seperti perilaku keliru, salah ucap (keseleo lidah), dan lupa. Bagi Freud, perilaku-perilaku ini bukanlah sesuatu yang kebetulan belaka, tetapi bersumber dari aktivitas psikis yang tak disadari. Misalnya, ketua parlemen Austria pernah membuka sidang sambil berkata: Dengan ini sidang saya tutup, seraya mengetukkan palu. Padahal maksudnya berkata *buka*, tetapi yang keluar dari mulutnya justru kata *tutup*. Mengapa demikian? Karena bagi sang ketua, sidang hari ini cukup berat. Ia ingin agar sidang ini cepat selesai. Keinginan yang tak disadari ini mengakibatkan ia keseleo lidah. Atau contoh dari salah satu murid Freud yang lupa mengeposkan surat. Saat merefleksikan kejadian ini, ia sampai pada satu kesimpulan bahwa ia *lupa* mengeposkan surat karena isinya tentang sesuatu yang sangat berat baginya. Secara tak disadari, ia sebetulnya tidak mau mengirimkan surat ini, dan karena itu ia sampai lupa. Freud menunjukkan bahwa perbuatan-perbuatan seperti ini berasal dari ketaksadaran. Hal ini dibahas Sigmund Freud dalam bukunya *Psikopatologi tentang Hidup Sehat*.

Ketiga, alasan paling penting bagi Freud untuk menerima adanya alam tak sadar ini ialah pengalamannya dengan pasien-pasien penderita neurosis. Penyakit neurosis merupakan teka teki yang besar bagi kalangan kedokteran pada waktu itu. Secara fisiologis, pasien-pasien ini tidak mengidap kelainan apa pun, namun secara fakta mereka mempunyai berbagai macam gejala aneh. Freud menemukan bahwa neurosis disebabkan oleh faktor-faktor tak sadar. Misalnya, seorang wanita muda berusia 21 tahun yang menderita histeria, yang oleh kebanyakan dari kita disebut *kesurupan* (histeria merupakan salah satu contoh dari neurosis). Untuk beberapa waktu, wanita ini tidak dapat minum air sama sekali. Untuk menghilangkan rasa hausnya, ia hanya makan buah-buahan saja. Keadaan ini berlangsung selama kurang lebih enam minggu, sampai pada suatu hari, dalam keadaan terhipnotis ia bergumam tentang guru privatnya yang tak disukainya. Dan

sambil menyatakan rasa muaknya, diceritakannya bagaimana pada suatu hari ia masuk kamar wanita ini dan di sini ia melihat anjing kecilnya, binatang yang menjijikkan minum dari sebuah gelas. Pasien ini tidak berkata apa-apa, karena ia menjaga perilaku sopan. Setelah dengan hebat ia mengeluarkan kemarahannya yang telah sekian lama terpendam dalam hati, ia minta minuman. Ia minum banyak air dengan menggunakan gelas tanpa kesulitan apa pun, setelah tersadar dari pengaruh hipnotis. Setelah terapi ini, gangguan ini hilang sama sekali dan tak pernah kambuh lagi. Freud menemukan bahwa pasien neurotit dapat disembuhkan dengan jalan menggali kembali trauma psikis yang terpendam dalam ketaksadarannya.

Pertanyaan yang perlu dimajukan sekarang ialah, jika *Id* merupakan wilayah yang berada di luar kesadaran manusia, maka secara konkrit *Id* itu terdiri dari apa? Dan isinya apa? Menurut Freud, *Id* terdiri dari naluri atau insting-insting bawaan (khususnya naluri seksual), agresivitas, dan keinginan-keinginan yang direpres.

Pada permulaan hidup manusia, kehidupan psikisnya hanyalah terdiri dari *Id* saja. Pada janin dalam kandungan dan bayi yang baru lahir, hidup psikisnya seratus persen sama identik dengan *Id*. *Id* tersebut nyaris tanpa struktur apa pun dan secara menyeluruh dalam keadaan kacau-balau. Namun demikian, *Id* itulah yang menjadi bahan baku bagi perkembangan psikis lebih lanjut.

Id adalah bagian kepribadian yang menyimpan *dorongan biologis* manusia, pusat insting (hawa nafsu, istilah dalam agama). Ada dua insting dominan, yakni: (1) *Libido-insting reproduktif* yang menyediakan energi dasar untuk kegiatan-kegiatan manusia yang konstruktif; (2) *Thanatos-insting destruktif* dan agresif. Yang pertama disebut juga insting kehidupan (eros), yang dalam konsep Freud bukan hanya meliputi dorongan seksual, tetapi juga segala hal yang mendatangkan kenikmatan termasuk kasih ibu, pemujaan kepada Tuhan, cinta diri (*narcissism*). Bila yang pertama merupakan insting kehidupan, yang kedua merupakan insting kematian. Semua motif manusia merupakan gabungan antara eros dan thanatos. *Id* bergerak berdasarkan kesenangan (*pleasure principle*), ingin segera memenuhi kebutuhannya.

Id bersifat egoistis, tidak bermoral, dan tidak mau tahu dengan kenyataan. Pada mulanya, *Id* sama sekali berada di luar kontrol individu. *Id* hanya melakukan apa yang disukai. Ia dikendalikan oleh *prinsip kesenangan* (*the pleasure principle*). Pada *Id* tidak dikenal urutan waktu (*timeless*). Hukum-hukum logika dan etika sosial tidak berlaku untuknya. Dalam mimpi sering kali kita melihat hal-hal yang sama sekali tidak logis. Atau pada anak kecil, kita dapat melihat bahwa perilaku mereka sangat dikuasai berbagai keinginan. Untuk memuaskan keinginan ini, mereka tak mau ambil pusing tentang masuk akal tidaknya keinginan tersebut. Selain ini, juga tidak peduli apakah pemenuhan keinginan itu akan berbenturan dengan norma-norma yang berlaku. Yang penting baginya ialah keinginannya terpenuhi dan ia memperoleh kepuasan. Demikianlah gambaran selintas tentang *Id*.

Bagaimanapun keadaannya *Id* tetap menjadi bahan baku kehidupan psikis seseorang Ia merupakan reservoar energi psikis yang menggerakkan Ego dan Superego. Energi psikis dalam *Id* dapat meningkat karena adanya rangsangan, baik dari dalam maupun dari luar individu. Apabila energi psikis ini meningkat, akan menimbulkan pengalaman tidak enak (tidak menyenangkan). *Id* tidak bisa membiarkan perasaan ini berlangsung lama. Karena itu, segeralah *Id* mereduksikan energi tersebut untuk menghilangkan rasa tidak enak yang dialaminya. Jadi, yang menjadi pedoman dalam berfungsinya *Id* adalah menghindarkan diri dari ketidakenakan dan mengejar keenakan. Untuk menghilangkan ketidakenakan dan mencapai keenakan ini, *Id* mempunyai dua cara, yang pertama adalah: refleks dan reaksi-reaksi otomatis, seperti misalnya bersin, dan berkedip karena sinar yang kedua proses primer seperti ketika orang lapar biasanya segera terbayang akan makanan; orang yang haus terbayang berbagai minuman. Bayangan-bayangan seperti ini merupakan upaya-upaya yang dilakukan *Id* untuk mereduksi ketegangan akibat meningkatnya energi psikis dalam dirinya. Cara-cara ini sudah tentu tidak dapat memenuhi kebutuhan. Orang lapar tentu tidak akan menjadi kenyang dengan membayangkan makanan. Orang haus tidak hilang hausnya dengan membayangkan es campur. Karena itu, maka perlu (meru-

pakan keharusan kodrat) adanya sistem lain yang menghubungkan pribadi dengan dunia objektif. Sistem yang demikian ini ialah Ego.

2. Ego/Ich

Meski *Id* mampu melahirkan keinginan, namun ia tidak mampu memuaskannya. Subsistem yang kedua, Ego berfungsi menjembatani tuntutan *Id* dengan realitas di dunia luar. Ego merupakan mediator antara hasrat-hasrat hewani dan tuntutan rasional dan realistis. Egolah yang menyebabkan manusia mampu menundukkan hasrat hewani manusia dan hidup sebagai wujud yang rasional (pada pribadi yang normal). Ketika *Id* mendesak Anda untuk menampar orang yang telah menyakiti Anda, Ego segera mengingatkan jika ini Anda lakukan, Anda akan diseret ke kantor polisi karena telah main hakim sendiri. Jika Anda menuruti desakan *Id*, Anda akan konyol.

Jadi, Ego adalah aspek psikologis dari kepribadian yang timbul karena kebutuhan manusia untuk berhubungan secara baik dengan dunia kenyataan. Orang lapar tentu perlu makan untuk menghilangkan ketegangan yang ada dalam dirinya. Ini berarti bahwa individu harus dapat membedakan antara khayalan dengan kenyataan tentang makanan. Di sinilah letak perbedaan pokok antara *Id* dan Ego. *Id* hanya mengenal dunia subjektif (dunia batin), sementara Ego dapat membedakan sesuatu yang hanya ada dalam batin dan di dunia luar (dunia objektif, dunia kenyataan). Lain dengan *Id*, Ego berpegang pada *prinsip kenyataan* (*reality principle*) dan berhubungan dengan proses sekunder. Tujuan prinsip realitas adalah mencari objek yang tepat sesuai dengan kenyataan untuk mereduksi ketegangan yang timbul dalam diri.

Proses sekunder ini merupakan proses berpikir realistis. Dengan menggunakan proses sekunder, Ego merumuskan suatu rencana untuk pemuasan kebutuhan dan mengujinya dengan suatu tindakan untuk mengetahui apakah rencananya ini berhasil atau tidak. Aktivitas Ego ini bisa sadar, prasadar, atau tak disadari. Namun untuk sebagian besar ialah disadari. Contoh aktivitas Ego yang disadari antara lain: persepsi lahiriah (saya melihat teman saya tertawa di ruang itu);

persepsi batiniah (saya merasa sedih), dan berbagai ragam proses intelektual. Aktivitas prasadar dapat dicontohkan fungsi ingatan (saya mengingat kembali nama teman yang tadinya telah saya lupakan). Adapun aktivitas tak sadar muncul dalam bentuk mekanisme pertahanan diri (*defence mechanism*), misalnya orang yang selalu menampilkan perangai temperamental untuk menutupi ketidakpercayaan dirinya, ketidakmampuannya, atau untuk menutupi berbagai kesalahannya. Aktivitas Ego ini tampak dalam bentuk pemikiran-pemikiran yang objektif, yang sesuai dengan dunia nyata dan mengungkapkan diri melalui bahasa. Di sini, *the pleasure principle* dari *Id* diganti dengan *the reality principle*. Sebagai misal, ketika seseorang merasa lapar. Rasa lapar ini bersumber dari dorongan *Id* untuk fungsi menjaga kelangsungan hidup. *Id* tidak peduli apakah makanan yang dibutuhkan nyata atau sekadar angan-angan. Baginya, ia butuh makanan untuk memuaskan diri dari dorongan rasa lapar ini. Pada saat yang bersangkutan hendak memuaskan diri dengan mencari makanan, Ego mengambil peran. Ego berpendapat bahwa angan-angan tentang makanan tidak dapat memuaskan kebutuhan akan makanan. Harus dicari makanan yang benar-benar nyata.

Selanjutnya, Ego mencari cara untuk mendapatkan makanan yang dimaksud. Menurut Freud, tugas pokok Ego ialah menjaga integritas pribadi dan menjamin penyesuaian dengan alam realitas. Selain itu, juga berperan memecahkan konflik-konflik dengan realitas dan konflik-konflik dengan keinginan-keinginan yang tidak cocok satu sama lain. Ego juga mengontrol apa yang akan masuk ke dalam kesadaran dan apa yang akan dilakukan. Jadi, fungsi Ego adalah menjaga integritas kepribadian dengan mengadakan sintesis psikis.

3. Superego/Uber-Ich

Superego adalah sistem kepribadian terakhir yang ditemukan oleh Sigmund Freud. Sistem kepribadian ini seolah-olah berkedudukan di atas Ego, karena itu dinamakan Superego. Fungsinya ialah mengontrol Ego. Ia selalu bersikap kritis terhadap aktivitas Ego, bahkan tak jarang menghantam dan menyerang Ego. Mengenai Superego ini,

Freud berkata: Sepanjang proses terbentuknya teori analitis (begitu Freud menamakan aliran psikologi yang ditemukannya), mau tidak mau harus kami akui adanya sistem kepribadian lain, yang telah melepaskan diri dari Ego. Kami menyebutnya Superego. Superego ini termasuk Ego, dan seperti Ego ia mempunyai susunan psikologis lebih kompleks, tetapi ia juga memiliki kaitan sangat erat dengan *Id*. Superego dapat menempatkan diri di hadapan Ego serta memperlakukannya sebagai objek dan caranya kerap kali sangat keras. Bagi Ego sama penting mempunyai hubungan baik dengan Superego sebagaimana halnya dengan *Id*. Ketidakcocokan antara Ego dan Superego mempunyai konsekuensi besar bagi hidup psikis. Seperti dikemukakan di atas, Superego merupakan sistem kepribadian yang melepaskan diri dari Ego. Aktivitas Superego dapat berupa *self-observation*, kritik diri, larangan, dan berbagai tindakan refleksif lainnya. Superego terbentuk melalui internalisasi (proses memasukkan ke dalam diri) berbagai nilai dan norma yang represif yang dialami seseorang sepanjang perkembangan kontak sosialnya dengan dunia luar, terutama di masa kanak-kanak. Nilai dan norma yang semula "asing" bagi seseorang, lambat laun diterima dan dianggapnya sebagai sesuatu yang berasal dari dalam dirinya. Larangan, perintah, anjuran, dan cita-cita yang berasal dari luar (misalnya orang tua dan guru) diterima sepenuhnya oleh seseorang, yang lambat laun dihayati sebagai miliknya. Larangan "Engkau tidak boleh berbohong", "Engkau harus menghormati orang yang lebih tua" dari orangtuanya menjadi "Aku tidak boleh berbohong", "Aku harus menghormati orang yang lebih tua". Dengan demikian, Superego berdasarkan nilai dan norma-norma yang berlaku di dunia eksternal, kemudian melalui proses internalisasi, nilai dan norma-norma tersebut menjadi acuan bagi perilaku yang bersangkutan. *Superego merupakan dasar moral dari hati nurani.* Aktivitas superego terlihat dari konflik yang terjadi dengan Ego, yang dapat dilihat dari emosi seperti rasa bersalah, menyesal, juga seperti sikap observasi diri, dan kritik kepada diri sendiri. Konflik antara Ego dan Superego, dalam kadar yang tidak sehat, berakibat timbulnya emosi seperti rasa bersalah, menyesal, dan rasa malu.

Dalam batas yang wajar, perasaan demikian normal adanya. Namun pada beberapa orang hidupnya sangat disiksa oleh Superegonya, sehingga tidak mungkin lagi untuk hidup normal.

DINAMIKA SISTEM KEPRIBADIAN

Sebagaimana diuraikan di atas, struktur kepribadian manusia, menurut pandangan psikoanalisis, terdiri dari *Id*, Ego, dan Superego. *Id* adalah komponen kepribadian yang berisi impuls agresif dan libinal, yang sistem kerjanya menggunakan prinsip kesenangan "*pleasure principle*". Ego adalah bagian kepribadian yang bertugas sebagai pelaksana, yang bekerja atas dasar kenyataan pada dunia luar untuk menilai realita dan berhubungan dengan dunia dalam untuk mengatur dorongan-dorongan *Id* agar tidak melanggar nilai-nilai Superego.

Menurut pandangan psikoanalisis, masing-masing bagian dari kepribadian total mempunyai fungsi, sifat, komponen, prinsip kerja dinamika, dan mekanisme tersendiri, namun semuanya berinteraksi begitu erat satu sama lainnya, sehingga tidak mungkin dipisahkan. *Id* bagian tertua dari aparatur mental dan merupakan komponen terpenting sepanjang hidup. *Id* mencerminkan tujuan sejati kehidupan organisme individual. Jadi, *Id* merupakan pihak dominan dalam kemitraan struktur kepribadian manusia. Untuk lebih jelasnya sistem kerja ketiga struktur kepribadian manusia tersebut sebagai berikut:

Pertama, *Id* merupakan sistem kepribadian yang orisinal, di mana ketika manusia ini dilahirkan ia hanya memiliki *Id* saja, karena ia merupakan sumber utama dari energi psikis dan tempat timbulnya insting.

Kedua, Ego mengadakan kontak dengan dunia realitas yang ada di luar dirinya. Di sini, Ego berperan sebagai "eksekutif" yang memerintah, mengatur, dan mengendalikan kepribadian, sehingga prosesnya persis seperti "polisi lalu lintas" yang selalu mengontrol jalannya *Id*, Superego, dan dunia luar.

Adapun yang *ketiga*, Superego adalah yang memegang keadilan atau sebagai filter dari kedua sistem kepribadian, sehingga tahu

benar-salah, baik-buruk, dan boleh-tidak. Di sini, Superego bertindak sebagai sesuatu yang ideal, yang sesuai dengan norma-norma moral masyarakat.

Perilaku manusia untuk sebagian besar ditentukan oleh mekanisme masing-masing struktur. Pembentukan kepribadian akibat mekanisme tersebut secara global yaitu: (1) apabila rasa *Id*-nya menguasai sebagian besar energi psikis itu, maka pribadinya akan bertindak primitif, impulsif, dan agresif dan ia akan mengumbar impuls-impuls primitifnya; (2) apabila rasa Egonya menguasai sebagian besar energi psikis itu, maka pribadinya bertindak dengan cara-cara yang realistis, logis, dan rasional; dan (3) apabila rasa Superegonya menguasai sebagian besar energi psikis itu. Maka pribadinya akan bertindak pada hal-hal yang bersifat moralitas, mengejar hal-hal yang sempurna yang kadang-kadang irasional.

DEFENCE MECHANISM

Selain *Id* dan Superego, menurut Freud, ada mekanisme lain yang juga berpengaruh terhadap perilaku manusia, terutama perilaku yang tidak sehat. Mekanisme ini dinamakan *defence mechanism* atau mekanisme pertahanan diri. Sebagian dari cara individu mereduksi perasaan tertekan, kecemasan, stres, ataupun konflik ialah dengan melakukan mekanisme pertahanan diri, baik yang ia lakukan secara sadar ataupun tidak. Freud menggunakan istilah mekanisme pertahanan diri (*defence mechanism*) untuk menunjukkan proses tak sadar yang melindungi si individu dari kecemasan melalui pemutarbalikan kenyataan. Pada dasarnya, strategi-strategi ini tidak mengubah kondisi objektif bahaya dan hanya mengubah cara individu mempersepsi atau memikirkan masalah ini. Jadi, mekanisme pertahanan diri merupakan bentuk penipuan diri. Berikut ini beberapa mekanisme pertahanan diri yang biasa terjadi dan dilakukan oleh sebagian besar individu, terutama para remaja yang sedang mengalami pergulatan yang dahsat dalam perkembangannya ke arah kedewasaan. Dari mekanisme pertahanan diri berikut. Di antaranya dikemukakan oleh

Freud, tetapi beberapa yang lain merupakan hasil pengembangan ahli psikoanalisis lainnya.

A. Represi

Represi didefinisikan sebagai upaya individu untuk menyingkirkan frustrasi, konflik batin, mimpi buruk, krisis keuangan, dan sejenisnya yang menimbulkan kecemasan.

Bila represi terjadi, hal-hal yang mencemaskan itu tidak akan memasuki kesadaran walaupun masih tetap ada pengaruhnya terhadap perilaku. Jenis-jenis amnesia tertentu dapat dipandang sebagai bukti akan adanya represi. Tetapi represi juga dapat terjadi dalam situasi yang tidak terlalu menekan. Bahwa individu merepresikan mimpinya, karena mereka membuat keinginan tidak sadar yang menimbulkan kecemasan dalam dirinya. Sudah menjadi umum banyak individu pada dasarnya menekankan aspek positif dari kehidupannya.

Beberapa bukti, misalnya:

1. Individu cenderung untuk tidak berlama-lama untuk mengenali sesuatu yang tidak menyenangkan, dibandingkan dengan hal-hal yang menyenangkan.
2. Berusaha sedapat mungkin untuk tidak melihat gambar kejadian yang menyesakkan dada.
3. Lebih sering mengomunikasikan berita baik daripada berita buruk.
4. Lebih mudah mengingat hal-hal positif daripada yang negatif.
5. Lebih sering menekankan pada kejadian yang membahagiakan dan enggan menekankan yang tidak membahagiakan.

B. Supresi

Supresi merupakan suatu proses pengendalian diri yang terang-terangan ditujukan menjaga agar impuls-impuls dan dorongan-dorongan yang ada tetap terjaga (mungkin dengan cara menahan perasaan ini secara pribadi tetapi mengingkarinya secara umum). Individu sewaktu-waktu menyampingkan ingatan-ingatan yang menya-

kitkan agar dapat menitikberatkan kepada tugas, ia sadar akan pikiran-pikiran yang ditindas (supresi) tetapi umumnya tidak menyadari akan dorongan-dorongan atau ingatan yang ditekan (represi).

C. Reaction Formation (Pembentukan Reaksi)

Individu dikatakan mengadakan pembentukan reaksi ialah ketika dia berusaha menyembunyikan motif dan perasaan yang sesungguhnya (mungkin dengan cara represi atau supresi), dan menampilkan ekspresi wajah yang berlawanan dengan yang sebetulnya. Dengan cara ini, individu ini dapat menghindarkan diri dari kecemasan yang disebabkan oleh keharusan untuk menghadapi ciri-ciri pribadi yang tidak menyenangkan. Kebencian, misalnya tak jarang dibuat samar dengan menampilkan sikap dan tindakan yang penuh kasih sayang, atau dorongan seksual yang besar dibuat samar dengan sikap sok suci, dan permusuhan ditutupi dengan tindak kebaikan.

D. Fiksasi

Dalam menghadapi kehidupannya, individu dihadapkan pada suatu situasi menekan yang membuatnya frustrasi dan mengalami kecemasan, sehingga membuat individu ini merasa tidak sanggup lagi untuk menghadapinya dan membuat perkembangan normalnya terhenti untuk sementara atau selamanya. Dengan kata lain, individu menjadi terfiksasi pada satu tahap perkembangan karena tahap berikutnya penuh dengan kecemasan. Individu yang sangat tergantung dengan individu lain merupakan salah satu contoh pertahan diri dengan fiksasi, kecemasan menghalanginya untuk menjadi mandiri. Pada remaja di mana terjadi perubahan yang drastis sering kali dihadapkan untuk melakukan mekanisme ini.

E. Regresi

Regresi merupakan respons yang umum bagi individu bila berada dalam situasi frustrasi, setidaknya pada anak-anak. Ini dapat pula terjadi bila individu yang menghadapi tekanan kembali lagi kepada metode perilaku yang khas bagi individu yang berusia lebih muda. Ia

memberikan respons seperti individu dengan usia yang lebih muda (anak kecil). Misalnya, anak yang baru memperoleh adik, akan memperlihatkan respons mengompol atau mengisap jempol tangannya, padahal perilaku demikian sudah lama tidak pernah lagi dilakukannya. Regresi barangkali terjadi karena kelahiran adiknya dianggap sebagai krisis bagi dirinya sendiri. Dengan regresi (mundur) ini individu dapat lari dari keadaan yang tidak menyenangkan dan kembali lagi pada keadaan sebelumnya yang dirasakannya penuh dengan kasih sayang dan rasa aman, atau individu menggunakan strategi regresi karena belum pernah belajar respons-respons yang lebih efektif terhadap problem ini atau dia sedang mencoba mencari perhatian.

F. Menarik Diri

Reaksi ini merupakan respons yang umum dalam mengambil sikap. Bila individu menarik diri, dia memilih untuk tidak mengambil tindakan apapun. Biasanya respons ini disertai dengan depresi dan sikap apatis.

G. Mengelak

Bila individu merasa diliputi oleh stres yang lama, kuat, dan terus-menerus, individu cenderung untuk mencoba mengelak. Bisa saja secara fisik mereka mengelak atau mereka akan menggunakan metode yang tidak langsung.

H. Denial (Menyangkal Kenyataan)

Bila individu menyangkal kenyataan, maka dia menganggap tidak ada atau menolak adanya pengalaman yang tidak menyenangkan (sebenarnya mereka sadari sepenuhnya) dengan maksud untuk melindungi dirinya sendiri. Penyangkalan kenyataan juga mengandung unsur penipuan diri.

I. Fantasi

Dengan berfantasi pada apa yang mungkin menimpa dirinya, individu sering merasa mencapai tujuan dan dapat menghindari dirinya

dari peristiwa-peristiwa yang tidak menyenangkan, yang dapat menimbulkan kecemasan, dan yang mengakibatkan frustrasi. Individu yang sering kali terlalu banyak melamun kadang-kadang menemukan bahwa kreasi lamunannya ini lebih menarik daripada kenyataan yang sesungguhnya. Tetapi bila fantasi ini dilakukan secara proporsional dan dalam pengendalian kesadaraan yang baik, maka fantasi terlihat menjadi cara sehat untuk mengatasi stres, dengan begitu berfantasi tampaknya menjadi strategi yang cukup membantu.

J. Rasionalisasi

Rasionalisasi sering dimaksudkan sebagai usaha individu untuk mencari-cari alasan yang dapat diterima secara sosial untuk membenarkan atau menyembunyikan perilakunya yang buruk. Rasionalisasi juga muncul ketika individu menipu dirinya sendiri dengan berpura-pura menganggap yang buruk ialah baik, atau yang baik ialah yang buruk.

K. Intelektualisasi

Apabila individu menggunakan teknik intelektualisasi, maka dia menghadapi situasi yang seharusnya menimbulkan perasaan yang sangat menekan dengan cara analistis, intelektual, dan sedikit menjauh dari persoalan. Dengan intelektualisasi, manusia dapat sedikit mengurangi hal-hal yang pengaruhnya tidak menyenangkan bagi dirinya, dan memberikan kesempatan pada dirinya untuk meninjau permasalah secara objektif.

L. Proyeksi

Individu yang menggunakan teknik proyeksi ini, biasanya sangat cepat dalam memperlihatkan ciri pribadi individu lain yang tidak dia sukai dan apa yang dia perhatikan ini akan cenderung dibesar-besarkan. Teknik ini mungkin dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan karena dia harus menerima kenyataan akan keburukan dirinya sendiri. Dalam hal ini, represi atau supresi sering kali digunakan pula.

APAKAH HATI NURANI = SUPEREGO?

Apa yang diuraikan di atas adalah simplifikasi dari teori Psikoanalisis, yang sebenarnya jauh lebih kompleks dari sekadar uraian di atas. Berikutnya, akan diuraikan kaitan antara Superego dan hati nurani. Apakah hati nurani merupakan bagian dari Superego atau Superego merupakan bagian hati nurani? Atau samakah antara Superego dan hati nurani? Meski beberapa kalangan mengidentikkan antara Superego dan hati nurani, namun sebagian besar ahli berpendapat bahwa Superego tidak dapat disamakan dengan hati nurani. Alasan untuk tidak menyamakan keduanya ialah karena keduanya digunakan dalam konteks yang berbeda. Secara implisit ini dapat diperoleh bahwa *Superego lebih digunakan dalam konteks psikoanalitis*. Adapun *hati nurani lebih digunakan dalam konteks etis*. Kedua konteks ini memiliki *frame of reference* berbeda.

Faktor lain yang tidak dapat mengidentikkan Superego dengan hati nurani, wilayah dalam kesadaran tempat keduanya beraktivitas. Aktivitas Superego untuk sebagian besar berada pada tataran tak disadari. Pada saat seseorang merasakan perasaan bersalah, sumber perasaan bersalah maupun rasa bersalah ini sendiri bisa tetap tak disadari. Sebaliknya, hati nurani hanya dapat berfungsi pada wilayah sadar.

Peranan hati nurani dalam kehidupan etis dapat fungsional hanya bila seseorang menyadari rasa bersalah dan tahu mengapa ia merasa bersalah. Taraf sadar merupakan keharusan supaya hati nurani dapat berfungsi dengan baik. Tanpa disadari, mustahil hati nurani dapat berperan sebagai penuntun di bidang moral. Lantas, apakah tidak ada hubungan sama sekali antara Superego dan hati nurani? Ternyata juga tidak begitu. Keduanya mempunyai hubungan yang sangat erat. Dalam paham psikoanalisis, Superego diasumsikan sebagai dasar psikologis bagi *fenomena etis* yang disebut hati nurani. Hal ini karena Superego bersifat lebih luas daripada hati nurani. Atau lebih tepat dikatakan bahwa hati nurani merupakan salah satu unsur dalam Superego. Dalam buku terakhirnya, *Introduce to Psychoanalysis* (1933), Freud mengatakan bahwa selain *hati nurani*, Superego juga

meliputi *Self-Observation dan Ego Ideal*, gambaran yang dipakai seseorang untuk mengukur dirinya dan sebagai standar yang harus dikejar.

Seperti diuraikan di atas, Superego terbentuk dari proses internalisasi perintah atau larangan orang tua. Fungsi-fungsi psikis manusia pada permulaan hidupnya ialah sama dengan nol. Dari titik nol ini, selanjutnya mengalami suatu perkembangan yang kompleks hingga akhirnya mencapai taraf dewasa. Begitu pula dengan hati nurani. Dengan akal budinya, manusia mengembangkan hati nuraninya secara kompleks, hingga akhirnya menjadi sebuah sistem atau instansi yang menuntun dan membinanya dalam mencari kebenaran. Dalam perjalanannya yang begitu panjang dan berliku-liku, hati nurani senantiasa diikat oleh kebenaran.

Yang harus diperhatikan ialah seseorang harus mampu membedakan rasa bersalah yang patologis dan etis sebagai fenomena dari hati nurani. Sigmund Freud punya jasa besar dalam memperlihatkan rasa bersalah yang sering kali bercampur dengan unsur-unsur patologis. Rasa bersalah demikian dapat sampai membuat orang tersiksa di luar batas. Salah satu pasien Freud mengalami rasa bersalah demikian. "Ia selalu bertanya pada dirinya sendiri, apakah bukan dialah pembunuh yang sedang dicari polisi sehubungan dengan kasus pembunuhan yang telah ditemukan polisi pada hari itu. Padahal ia tahu pasti bahwa ia tidak melakukan kesalahan apa pun." Contoh ini dapat diperbanyak dengan contoh-contoh lain di mana dengan cara yang lebih halus rasa bersalah bercampur dengan kecemasan yang tidak sehat. Tetapi dengan fakta ini bukan berarti kita dapat menggeneralisasikan bahwa setiap rasa bersalah selalu patologis. Psikoanalisis justru berupaya membantu kita untuk membedakan antara rasa bersalah yang kurang sehat dan yang autentik. Maksudnya, rasa bersalah yang terpancar dari kepribadian yang utuh.

A. Psikososial

Menurut Erik Erickson (1963), perkembangan psikososial terbagi menjadi beberapa tahap. Masing-masing tahap psikososial me-

miliki dua komponen, yaitu komponen yang baik (yang diharapkan) dan yang tidak baik (yang tidak diharapkan). Perkembangan pada fase selanjutnya tergantung pada pemecahan masalah pada tahap masa sebelumnya. Adapun tahap-tahap perkembangan psikososial anak sebagai berikut:

1. Percaya Vs. Tidak Percaya (0-1 tahun)

   Komponen awal yang sangat penting untuk berkembang ialah rasa percaya. Membangun rasa percaya ini mendasari tahun pertama kehidupan. Begitu bayi lahir dan kontak dengan dunia luar, maka ia mutlak tergantung dengan orang lain. Rasa aman dan percaya pada lingkungan merupakan kebutuhan. Alat yang digunakan bayi untuk berhubungan dengan dunia luar ialah mulut dan pancaindra, Adapun perantara yang tepat antara bayi dan lingkungan ialah ibu. Hubungan ibu dan anak yang harmonis yaitu melalui pemenuhan kebutuhan fisik, psikologis, dan sosial, merupakan pengalaman dasar rasa percaya bagi anak. Apabila pada umur ini tidak tercapai rasa percaya dengan lingkungan, maka dapat timbul berbagai masalah. Rasa tidak percaya ini timbul bila pengalaman untuk meningkatkan rasa percaya kurang atau kebutuhan dasar tidak terpenuhi secara *adekuat, yaitu kurangnya pemenuhan kebutuhan fisik*, *psikologis, dan sosial* yang kurang misalnya: anak tidak mendapat minuman atau air susu yang adekuat ketika ia lapar, tidak mendapat respons ketika ia menggigit dot botol.

2. Otonomi Vs. Rasa Malu dan Ragu (1-3 tahun)

   Pada masa ini alat gerak dan rasa telah matang dan ada rasa percaya terhadap ibu dan lingkungan. Perkembangan otonomi selama periode balita berfokus pada peningkatan kemampuan anak untuk mengontrol tubuh, diri, dan lingkungannya. Anak menyadari ia dapat menggunakan kekuatannya untuk bergerak dan berbuat sesuai dengan kemauannya misalnya: kepuasan untuk berjalan atau memanjat. Selain itu, anak menggunakan kemampuan mentalnya untuk menolak dan mengambil keputusan. Rasa otonomi diri ini perlu dikembangkan karena penting un-

tuk terbentuknya rasa percaya dan harga diri di kemudian hari. Hubungan dengan orang lain bersifat egosentris atau mementingkan diri sendiri. Peran lingkungan pada usia ini ialah memberikan *support*/dorongan dan memberi keyakinan yang jelas. Perasaan negatif yaitu rasa malu dan ragu timbul apabila anak merasa tidak mampu mengatasi tindakan yang dipilihnya serta kurangnya *support* dari orang tua dan lingkungannya, misalnya orang tua terlalu mengontrol anak.

3. Inisiatif Vs. Rasa Bersalah (3-6 tahun)

   Pada tahap ini, anak belajar mengendalikan diri dan memanipulasi lingkungan. Rasa inisiatif mulai menguasai anak. Anak mulai menuntut untuk melakukan tugas tertentu. Anak mulai diikutsertakan sebagai individu misalnya turut serta merapikan tempat tidur atau membantu orang tua di dapur. Anak mulai memperluas ruang lingkup pergaulannya, misalnya menjadi aktif di luar rumah, kemampuan berbahasa semakin meningkat. Hubungan dengan teman sebaya dan saudara sekandung untuk menang sendiri.

   Peran ayah telah mulai berjalan pada fase ini dan hubungan segitiga antara Ayah-Ibu-Anak sangat penting untuk membina kemantapan identitas diri. Orang tua dapat melatih anak untuk mengintegrasikan peran-peran sosial dan tanggung jawab sosial. Pada tahap ini, kadang-kadang anak tidak dapat mencapai tujuan atau kegiatannya karena keterbatasannya, tetapi bila tuntutan lingkungan misalnya dari orang tua atau orang lain terlalu tinggi atau berlebihan, maka dapat mengakibatkan anak merasa aktifitas atau imajinasinya buruk, akhirnya timbul rasa kecewa dan bersalah.

4. Industri Vs. Inferioritas (6-12 tahun)

   Pada tahap ini, anak dapat menghadapi dan menyelesaikan tugas atau perbuatan yang akhirnya dapat menghasilkan sesuatu. Anak siap untuk meninggalkan rumah atau orang tua dalam waktu terbatas yaitu untuk sekolah. Melalui proses pendidikan

ini, anak belajar untuk bersaing (sifat kompetitif), juga sifat kooperatif dengan orang lain, saling memberi dan menerima, setia kawan, dan belajar peraturan-peraturan yang berlaku.

Kunci proses sosialisasi pada tahap ini ialah guru dan teman sebaya. Dalam hal ini, peranan guru sangat sentral. Identifikasi bukan terjadi pada orang tua atau pada orang lain, misalnya sangat menyukai gurunya dan patuh pada gurunya dibandingkan pada orangtuanya. Apabila anak tidak dapat memenuhi keinginan sesuai standar dan terlalu banyak yang diharapkan dari mereka, maka dapat muncul masalah atau gangguan.

5. Identitas Vs. Difusi Peran (12-18 tahun)

   Pada tahap ini, terjadi perubahan pada fisik dan jiwa di masa biologis seperti orang dewasa. Sehingga tampak adanya kontradiksi bahwa di lain pihak ia dianggap dewasa tetapi di sisi lain ia dianggap belum dewasa. Tahap ini merupakan masa standarisasi diri yaitu anak mencari identitas dalam bidang seksual, umur, dan kegiatan. Peran orang tua sebagai sumber perlindungan dan nilai utama mulai menurun. Adapun peran kelompok atau teman sebaya tinggi. Teman sebaya dipandang sebagai teman senasib, partner, dan saingan. Melalui kehidupan berkelompok ini, remaja bereksperimen dengan peranan dan dapat menyalurkan diri. Remaja memilih orang-orang dewasa yang penting baginya yang dapat mereka percayai dan tempat mereka berpaling saat kritis.

B. Teori Belajar Behavioristik

Teori belajar behavioristik menjelaskan belajar adalah perubahan perilaku yang dapat diamati, diukur, dan dinilai secara konkret. Perubahan terjadi melalui rangsangan (stimulan) yang menimbulkan hubungan perilaku reaktif (respons) berdasarkan hukum-hukum mekanistik. Stimulan tidak lain adalah lingkungan belajar anak, baik yang internal maupun eksternal yang menjadi penyebab belajar. Adapun respons adalah akibat atau dampak, berupa reaksi terhadap stimulans. Belajar berarti penguatan ikatan, asosiasi, sifat, dan kecenderungan perilaku S-R (stimulus-respons).

1. Teori Behavioristik

Mementingkan faktor *lingkungan*, menekankan pada faktor *bagian,* menekankan pada *tingkah laku* yang tampak dengan menggunakan metode objektif, sifatnya *mekanis*, dan mementingkan *masa lalu*.

2. Edward Lee Thorndike (1874-1949): Teori Koneksionisme

Edward Lee Thorndike berprofesi sebagai seorang pendidik dan psikolog berkebangsaan Amerika. Lulus S-1 dari Universitas Wesleyen (1895), S-2 dari Harvard (1896), dan meraih gelar doktor di Columbia (1898). Buku-buku yang ditulisnya antara lain: *Educational Psychology* (1903), *Mental and Social Measurements* (1904), *Animal Intelligence* (1911), *A Teacher's Word Book* (1921), *Your City* (1939), dan *Human Nature and The Social Order* (1940).

Menurut Thorndike, *belajar merupakan peristiwa terbentuknya asosiasi-asosiasi antara peristiwa-peristiwa yang disebut stimulus (S) dan respons (R)*. Stimulus adalah suatu perubahan dari lingkungan eksternal yang menjadi tanda untuk mengaktifkan organisme untuk beraksi atau berbuat, Adapun respons adalah sembarang tingkah laku yang dimunculkan karena adanya perangsang. Dari eksperimen kucing lapar yang dimasukkan dalam sangkar (*puzzle box*) diketahui bahwa supaya tercapai hubungan antara stimulus dan respons, perlu adanya kemampuan untuk memilih respons yang tepat serta melalui usaha atau percobaan-percobaan (*trials*) dan kegagalan (*error*) terlebih dahulu. Bentuk paling dasar dari belajar ialah "*trial and error learning atau selecting and connecting learning*" dan berlangsung menurut hukum-hukum tertentu. Oleh karena itu, teori belajar yang dikemukakan oleh Thorndike ini sering disebut dengan teori belajar koneksionisme atau teori asosiasi. Adanya pandangan-pandangan Thorndike yang memberi sumbangan yang cukup besar di dunia pendidikan ini, maka ia dinobatkan sebagai salah satu tokoh pelopor dalam psikologi pendidikan.

Percobaan Thorndike yang terkenal dengan kucing yang telah dilaparkan dan diletakkan dalam sangkar yang tertutup dan pintunya dapat dibuka secara otomatis apabila kenop yang terletak dalam

sangkar ini tersentuh. Percobaan ini menghasilkan teori "*trial and error*" atau "*selecting and connecting*", yaitu bahwa belajar itu terjadi dengan cara mencoba-coba dan membuat salah. Dalam melaksanakan coba-coba ini, kucing ini cenderung untuk meninggalkan perbuatan-perbuatan yang tidak mempunyai hasil. Setiap respons menimbulkan stimulus yang baru, selanjutnya stimulus baru ini akan menimbulkan response lagi, demikian selanjutnya, sehingga dapat digambarkan sebagai berikut:

S→R→S1→R1→dst

Dalam percobaan tersebut apabila di luar sangkar diletakkan makanan, maka kucing berusaha untuk mencapainya dengan cara meloncat-loncat kian kemari. Dengan tidak sengaja kucing telah menyentuh kenop, maka terbukalah pintu sangkar tersebut, dan kucing segera lari ke tempat makan. Percobaan ini diulangi untuk beberapa kali, dan setelah kurang lebih 10 hingga 12 kali, kucing baru dapat dengan sengaja menyentuh kenop tersebut apabila di luar diletakkan makanan.

Dari percobaan ini, Thorndike menemukan hukum-hukum belajar sebagai berikut:

1. Hukum kesiapan (*law of readiness*), yaitu semakin siap suatu organisme memperoleh suatu perubahan tingkah laku, maka pelaksanaan tingkah laku ini akan menimbulkan kepuasan individu sehingga asosiasi cenderung diperkuat.

   Prinsip pertama teori koneksionisme ialah belajar suatu kegiatan membentuk asosiasi (*connection*) antara kesan pancaindra dan kecenderungan bertindak. Misalnya, jika anak merasa senang atau tertarik pada kegiatan jahit menjahit, maka ia akan cenderung mengerjakannya. Apabila hal ini dilaksanakan, ia merasa puas dan belajar menjahit akan menghasilkan prestasi memuaskan.

   Masalah pertama, hukum *law of readiness* adalah jika kecen-

derungan bertindak dan orang melakukannya, maka ia akan merasa puas. Akibatnya, ia tak akan melakukan tindakan lain.

Masalah kedua, jika ada kecenderungan bertindak, tetapi ia tidak melakukannya, maka timbullah rasa ketidakpuasan. Akibatnya, ia akan melakukan tindakan lain untuk mengurangi atau meniadakan ketidakpuasannya.

Masalah ketiga, bila tidak ada kecenderungan bertindak padahal ia melakukannya, maka timbullah ketidakpuasan. Akibatnya, ia akan melakukan tindakan lain untuk mengurangi atau meniadakan ketidakpuasannya.

2. Hukum latihan (*law of exercise*), yaitu semakin sering tingkah laku diulang/dilatih (digunakan), maka asosiasi ini akan semakin kuat.

   Prinsip *law of exercise* adalah koneksi antara kondisi (yang merupakan perangsang) dan tindakan akan menjadi lebih kuat karena latihan-latihan, tetapi akan melemah bila koneksi antara keduanya tidak dilanjutkan atau dihentikan. Prinsip menunjukkan bahwa prinsip utama dalam belajar ialah ulangan. Makin sering diulangi, materi pelajaran akan semakin dikuasai.

3. Hukum akibat (*law of effect*), yaitu hubungan stimulus respons cenderung diperkuat bila akibatnya menyenangkan dan cenderung diperlemah jika akibatnya tidak memuaskan. Hukum ini menunjuk pada makin kuat atau lemahnya koneksi sebagai hasil perbuatan. Suatu perbuatan yang disertai akibat menyenangkan cenderung dipertahankan dan lain kali akan diulangi. Sebaliknya, suatu perbuatan yang diikuti akibat tidak menyenangkan cenderung dihentikan dan tidak akan diulangi.

   Koneksi antara kesan pancaindra dan kecenderungan bertindak dapat menguat atau melemah, tergantung pada "buah" hasil perbuatan yang pernah dilakukan. Misalnya, bila anak mengerjakan PR, ia mendapatkan muka manis gurunya. Namun, jika sebaliknya, ia akan dihukum. Kecenderungan mengerjakan PR akan membentuk sikapnya.

Thorndike berkeyakinan bahwa prinsip proses belajar binatang pada dasarnya sama dengan yang berlaku pada manusia, walaupun hubungan antara situasi dan perbuatan pada binatang tanpa diperantarai pengartian. Binatang melakukan respons-respons langsung dari apa yang diamati dan terjadi secara mekanis. (Suryobroto, 1984)

Selanjutnya, Thorndike menambahkan hukum tambahan sebagai berikut:

a. Hukum Reaksi Bervariasi (*multiple response*).

   Hukum ini mengatakan bahwa pada individu diawali oleh proses *trial* dan *error* yang menunjukkan adanya bermacam-macam respons sebelum memperoleh respons yang tepat dalam memecahkan masalah yang dihadapi.

b. Hukum Sikap (*set/attitude*).

   Hukum ini menjelaskan bahwa perilaku belajar seseorang tidak hanya ditentukan oleh hubungan stimulus dengan respons saja, tetapi juga ditentukan keadaan yang ada dalam diri individu baik kognitif, emosi,sosial,maupun psikomotornya.

c. Hukum Aktifitas Berat Sebelah (*prepotency of element*).

   Hukum ini mengatakan bahwa individu dalam proses belajar memberikan respons pada stimulus tertentu saja sesuai dengan persepsinya terhadap keseluruhan situasi (respons selektif).

d. Hukum *Responses by Analogy*.

   Hukum ini mengatakan bahwa individu dalam melakukan respons pada situasi yang belum pernah dialami karena individu sesungguhnya dapat menghubungkan situasi yang belum pernah dialami dengan situasi lama yang pernah dialami sehingga terjadi transfer atau perpindahan unsur-unsur yang telah dikenal ke situasi baru. Makin banyak unsur yang sama, maka transfer akan makin mudah.

e. Hukum Perpindahan Asosiasi (*associative shifting*)

   Hukum ini mengatakan bahwa proses peralihan dari situasi yang dikenal ke situasi yang belum dikenal dilakukan secara bertahap

dengan cara menambahkan sedikit demi sedikit unsur baru dan membuang sedikit demi sedikit unsur lama.

Selain menambahkan hukum-hukum baru, dalam perjalanan penyampaian teorinya Thorndike mengemukakan revisi hukum belajar antara lain:

1. Hukum latihan ditinggalkan karena ditemukan pengulangan saja tidak cukup untuk memperkuat hubungan stimulus respons, sebaliknya tanpa pengulangan pun hubungan stimulus respons belum tentu diperlemah.
2. Hukum akibat direvisi. Dikatakan oleh Thorndike bahwa yang berakibat positif untuk perubahan tingkah laku ialah hadiah, Adapun hukuman tidak berakibat apa-apa.
3. Syarat utama terjadinya hubungan stimulus respons bukan kedekatan, tetapi adanya saling sesuai antara stimulus dan respons.
4. Akibat suatu perbuatan dapat menular baik pada bidang lain maupun pada individu lain.

Teori koneksionisme menyebutkan pula konsep *transfer of training*, yaitu kecakapan yang telah diperoleh dalam belajar dapat digunakan untuk memecahkan masalah yang lain. Perkembangan teorinya berdasarkan pada percobaan terhadap kucing dengan problem boks-nya.

3. Ivan Petrovich Pavlov (1849-1936)

Ivan Petrovich Pavlov, lahir 14 September 1849 di Ryazan, Rusia yaitu desa tempat ayahnya Peter Dmitrievich Pavlov menjadi seorang pendeta. Ia dididik di sekolah gereja dan melanjutkan ke Seminari Teologi. Pavlov lulus sebagai sarjana kedokteran dengan bidang dasar fisiologi. Pada 1884, ia menjadi direktur departemen fisiologi pada Institute of Experimental Medicine dan memulai penelitian mengenai fisiologi pencernaan. Ivan Pavlov meraih penghargaan nobel pada bidang Physiology or Medicine (1904). Karyanya mengenai pengkondisian sangat mempengaruhi psikologi behavioristik di Amerika.

Karya tulisnya antara lain: *Work of Digestive Glands* (1902) dan *Conditioned Reflexes* (1927).

Classic conditioning (pengkondisian atau persyaratan klasik) adalah proses yang ditemukan Pavlov melalui percobaannya terhadap anjing, di mana perangsang asli dan netral dipasangkan dengan stimulus bersyarat secara berulang-ulang sehingga memunculkan reaksi yang diinginkan.

Eksperimen-eksperimen yang dilakukan Pavlov dan ahli lain tampaknya sangat terpengaruh pandangan behaviorisme, di mana gejala-gejala kejiwaan seseorang dilihat dari perilakunya. Hal ini sesuai dengan pendapat Bakker bahwa yang paling sentral dalam hidup manusia bukan hanya pikiran, peranan, maupun bicara, melainkan tingkah lakunya. Pikiran mengenai tugas atau rencana baru akan mendapatkan arti yang benar jika ia berbuat sesuatu. (Bakker, 1985)

Bertitik tolak dari asumsinya bahwa dengan menggunakan rangsangan-rangsangan tertentu, perilaku manusia dapat berubah sesuai dengan apa yang diinginkan. Pavlov mengadakan eksperimen dengan menggunakan binatang (anjing) karena ia menganggap binatang memiliki kesamaan dengan manusia. Namun demikian, dengan segala kelebihannya, secara hakiki manusia berbeda dengan binatang.

Ia mengadakan percobaan dengan cara operasi leher pada seekor anjing. Sehingga kelihatan kelenjar air liurnya dari luar. Apabila diperlihatkan suatu makanan, maka akan keluarlah air liur anjing tersebut. Kini sebelum makanan diperlihatkan, maka yang diperlihatkan ialah sinar merah terlebih dahulu, baru makanan. Dengan sendirinya air liur pun akan keluar pula. Apabila perbuatan yang demikian dilakukan berulang-ulang, maka pada suatu ketika dengan hanya memperlihatkan sinar merah saja tanpa makanan, maka air liur pun akan keluar pula.

Makanan adalah rangsangan wajar, sedang merah adalah rangsangan buatan. Ternyata kalau perbuatan yang demikian dilakukan berulang-ulang, rangsangan buatan ini akan menimbulkan syarat (kondisi) untuk timbulnya air liur pada anjing tersebut. Peristiwa ini disebut: Refleks Bersyarat atau *Conditioned Respons*.

Pavlov berpendapat bahwa kelenjar-kelenjar yang lain pun dapat dilatih. Bectrev murid Pavlov menggunakan prinsip-prinsip ini dilakukan pada manusia, yang ternyata diketemukan banyak refleks bersyarat yang timbul tidak disadari manusia.

Dari eksperimen Pavlov, setelah pengkondisian atau pembiasaan dapat diketahui bahwa daging yang menjadi stimulus alami dapat digantikan oleh bunyi lonceng sebagai stimulus yang dikondisikan. Ketika lonceng dibunyikan ternyata air liur anjing keluar sebagai respons yang dikondisikan.

Apakah situasi ini dapat diterapkan pada manusia? Ternyata dalam kehidupan sehari-hari ada situasi yang sama seperti pada anjing. Sebagai contoh, suara lagu dari penjual es krim Walls yang berkeliling dari rumah ke rumah. Awalnya mungkin suara ini asing, tetapi setelah si penjual es krim sering lewat, maka nada lagu ini dapat menerbitkan air liur apalagi pada siang hari yang panas. Bayangkan, bila tidak ada lagu tersebut betapa lelahnya si penjual berteriak-teriak menjajakan dagangannya. Contoh lain ialah bunyi bel di kelas untuk penanda waktu atau tombol antrean di bank. Tanpa disadari, terjadi proses menandai sesuatu yaitu membedakan bunyi-bunyian dari pedagang makanan (rujak, es, nasi goreng, siomay) yang sering lewat di rumah, bel masuk kelas-istirahat atau usai sekolah dan antre di bank tanpa harus berdiri lama.

Dari contoh tersebut dapat diketahui bahwa dengan menerapkan strategi Pavlov ternyata individu dapat dikendalikan melalui cara mengganti stimulus alami dengan stimulus yang tepat untuk mendapatkan pengulangan respons yang diinginkan, sementara individu tidak menyadari bahwa ia dikendalikan oleh stimulus yang berasal dari luar dirinya.

4. Burrhus Frederic Skinner (1904-1990)

Seperti halnya kelompok penganut psikologi modern, Burrhus Frederic Skinner mengadakan pendekatan behavioristik untuk menerangkan tingkah laku. Pada 1938, Skinner menerbitkan bukunya yang berjudul The Behavior of Organism. Dalam perkembangan

psikologi belajar, ia mengemukakan teori operant conditioning. Buku ini menjadi inspirasi diadakannya konferensi tahunan yang dimulai 1946 dalam masalah "The Experimental an Analysis of Behavior". Hasil konferensi dimuat dalam jurnal berjudul Journal of the Experimental Behaviors yang disponsori oleh Asosiasi Psikologi di Amerika. (Sahakian, 1970)

B.F. Skinner berkebangsaan Amerika dikenal sebagai tokoh behavioris dengan pendekatan model instruksi langsung dan meyakini bahwa perilaku dikontrol melalui proses *operant conditioning*. Di mana seseorang dapat mengontrol tingkah laku organisme melalui pemberian *reinforcement* yang bijaksana dalam lingkungan relatif besar. Dalam beberapa hal, pelaksanaannya jauh lebih fleksibel daripada *conditioning* klasik.

Gaya mengajar guru dilakukan dengan beberapa pengantar dari guru secara searah dan dikontrol guru melalui pengulangan dan latihan.

Manajemen kelas menurut Skinner ialah berupa usaha untuk memodifikasi perilaku antara lain dengan proses penguatan yaitu memberi penghargaan pada perilaku yang diinginkan dan tidak memberi imbalan apapun pada perilaku yang tidak tepat. *Operant Conditioning* adalah suatu proses perilaku *operant* (penguatan positif atau negatif) yang dapat mengakibatkan perilaku tersebut dapat berulang kembali atau menghilang sesuai dengan keinginan.

Skinner membuat eksperimen sebagai berikut:

> Dalam laboratorium, Skinner memasukkan tikus yang telah dilaparkan dalam kotak yang disebut "*skinner box*", yang telah dilengkapi dengan berbagai peralatan yaitu tombol, alat pemberi makanan, penampung makanan, lampu yang dapat diatur nyalanya, dan lantai yang dapat dialiri listrik. Karena dorongan lapar tikus berusaha keluar untuk mencari makanan. Selama tikus bergerak ke sana kemari untuk keluar dari boks, tidak sengaja ia menekan tombol, makanan keluar. Secara terjadwal diberikan makanan secara bertahap sesuai peningkatan perilaku yang ditunjukkan si tikus, proses ini disebut *shapping*.

Berdasarkan berbagai percobaannya pada tikus dan burung merpati, Skinner mengatakan bahwa unsur terpenting dalam belajar ialah penguatan. Maksudnya ialah pengetahuan yang terbentuk melalui ikatan stimulus respons akan semakin kuat bila diberi penguatan. Skinner membagi penguatan ini menjadi dua yaitu penguatan positif dan negatif. Bentuk-bentuk penguatan positif berupa hadiah, perilaku, atau penghargaan. Bentuk penguatan negatif antara lain menunda atau tidak memberi penghargaan, memberikan tugas tambahan, atau menunjukkan perilaku tidak senang.

Beberapa prinsip Skinner antara lain:

1. Hasil belajar harus segera diberitahukan kepada siswa, jika salah dibetulkan, jika beban diberi penguat.
2. Proses belajar harus mengikuti irama dari yang belajar.
3. Materi pelajaran, digunakan sistem modul.
4. Dalam proses pembelajaran, tidak digunakan hukuman. Untuk itu lingkungan perlu diubah, untuk menghindari adanya hukuman.
5. Dalam proses pembelajaran, lebih dipentingkan aktifitas sendiri.
6. Tingkah laku yang diinginkan pendidik, diberi hadiah, dan sebaiknya hadiah diberikan dengan digunakannya jadwal variabel rasio *rein forcer*.
7. Dalam pembelajaran digunakan *shapping*.

5. Robert Gagne (1916-2002).

Robert Gagne merupakan seorang psikolog pendidikan berkebangsaan Amerika yang terkenal dengan penemuannya berupa *condition of learning*. Gagne pelopor dalam instruksi pembelajaran yang dipraktikkannya dalam training pilot AU Amerika. Ia kemudian mengembangkan konsep terpakai dari teori instruksionalnya untuk mendesain pelatihan berbasis komputer dan belajar berbasis multi media. Teori Gagne banyak dipakai untuk mendesain software instruksional.

Gagne disebut sebagai Modern Neobehavioris mendorong guru

untuk merencanakan instruksioanal pembelajaran agar suasana dan gaya belajar dapat dimodifikasi. Keterampilan paling rendah menjadi dasar bagi pembentukan kemampuan yang lebih tinggi dalam hierarki keterampilan intelektual. Guru harus mengetahui kemampuan dasar yang harus disiapkan. Belajar dimulai dari hal yang paling sederhana dilanjutkan pada yang lebih kompleks (belajar SR, rangkaian SR, asosiasi verbal, diskriminasi, dan belajar konsep) sampai pada tipe belajar yang lebih tinggi (belajar aturan dan pemecahan masalah). Prakteknya gaya belajar ini tetap mengacu pada asosiasi stimulus respons.

6. Albert Bandura (1925-masih hidup)

Albert Bandura lahir pada tanggal 4 Desember 1925 di Mondare Albert berkebangsaan Kanada. Ia seorang psikolog yang terkenal dengan teori belajar sosial atau kognitif sosial serta efikasi diri. Eksperimennya yang sangat terkenal ialah eksperimen Bobo Doll yang menunjukkan anak meniru secara persis perilaku agresif dari orang dewasa disekitarnya.

Faktor-faktor yang berproses dalam belajar observasi antara lain:

1. Perhatian, mencakup peristiwa peniruan dan karakteristik pengamat.
2. Penyimpanan atau proses mengingat, mencakup kode pengkodean simbolis.
3. Reproduksi motorik, mencakup kemampuan fisik, meniru, dan keakuratan umpan balik.
4. Motivasi, mencakup dorongan dari luar dan penghargaan terhadap diri sendiri.

Selain itu, juga harus diperhatikan bahwa faktor model atau teladan mempunyai prinsip-prinsip sebagai berikut:

1. Tingkat tertinggi belajar dari pengamatan diperoleh dengan cara mengorganisasikan sejak awal dan mengulangi perilaku secara simbolis kemudian melakukannya.
2. Individu lebih menyukai perilaku yang ditiru jika sesuai dengan nilai yang dimilikinya.

3. Individu akan menyukai perilaku yang ditiru jika model atau panutan tersebut disukai dan dihargai dan perilakunya mempunyai nilai yang bermanfaat.

Karena melibatkan atensi, ingatan, dan motivasi, teori Bandura dilihat dalam kerangka Teori Behavior Kognitif. Teori belajar sosial membantu memahami terjadinya perilaku agresi dan penyimpangan psikologi dan bagaimana memodifikasi perilaku.

Teori Bandura menjadi dasar dari perilaku pemodelan yang digunakan dalam berbagai pendidikan secara massal.

7. Aplikasi Teori Behavioristik Terhadap Pembelajaran Siswa

Hal-hal yang harus diperhatikan dalam menerapkan teori behavioristik ialah ciri-ciri kuat yang mendasarinya yaitu:

a. Mementingkan pengaruh lingkungan.
b. Mementingkan bagian-bagian.
c. Mementingkan peranan reaksi.
d. Mengutamakan mekanisme terbentuknya hasil belajar melalui prosedur stimulus respons.
e. Mementingkan peranan kemampuan yang telah terbentuk sebelumnya.
f. Mementingkan pembentukan kebiasaan melalui latihan dan pengulangan.
g. Hasil belajar yang dicapai ialah munculnya perilaku yang diinginkan.

Sebagai konsekuensi teori ini, para guru yang menggunakan paradigma behaviorisme akan menyusun bahan pelajaran dalam bentuk yang telah siap, sehingga tujuan pembelajaran yang harus dikuasai siswa disampaikan secara utuh oleh guru. Guru tidak banyak memberi ceramah, tetapi instruksi singkat yang diikuti contoh-contoh baik dilakukan sendiri maupun melalui simulasi. Bahan pelajaran disusun secara hierarki dari yang sederhana sampai pada yang kompleks.

Tujuan pembelajaran dibagi dalam bagian kecil yang ditandai dengan pencapaian suatu keterampilan tertentu. Pembelajaran berorientasi pada hasil yang dapat diukur dan diamati. Kesalahan harus segera diperbaiki. Pengulangan dan latihan digunakan supaya perilaku yang diinginkan dapat menjadi kebiasaan. Hasil yang diharapkan dari penerapan teori behavioristik ini ialah tebentuknya suatu perilaku yang diinginkan. Perilaku yang diinginkan mendapat penguatan positif dan perilaku yang kurang sesuai mendapat penghargaan negatif. Evaluasi atau penilaian didasari atas perilaku yang tampak.

Kritik terhadap behavioristik ialah pembelajaran siswa yang berpusat pada guru, bersifat mekanistik, dan hanya berorientasi pada hasil yang dapat diamati dan diukur. Kritik ini sangat tidak berdasar karena penggunaan teori behavioristik mempunyai persyaratan tertentu sesuai dengan ciri yang dimunculkannya. Tidak setiap mata pelajaran dapat memakai metode ini, sehingga kejelian dan kepekaan guru pada situasi dan kondisi belajar sangat penting untuk menerapkan kondisi behavioristik.

Metode behavioristik ini sangat cocok untuk perolehan kemampuan yang membutuhkan praktik dan pembiasaan yang mengandung unsur-unsur seperti: kecepatan, spontanitas, kelenturan, refleks, dan daya tahan. Contohnya: percakapan bahasa asing, mengetik, menari, menggunakan komputer, berenang, dan olahraga. Teori ini juga cocok diterapkan untuk melatih anak-anak yang masih membutuhkan dominansi peran orang dewasa, suka mengulangi dan harus dibiasakan, suka meniru dan senang dengan bentuk-bentuk penghargaan langsung seperti diberi permen atau pujian.

Penerapan teori behavioristik yang salah dalam suatu situasi pembelajaran juga mengakibatkan terjadinya proses pembelajaran yang sangat tidak menyenangkan bagi siswa yaitu guru sebagai sentral, bersikap otoriter, komunikasi berlangsung satu arah, guru melatih dan menentukan apa yang harus dipelajari murid. Murid dipandang pasif, perlu motivasi dari luar, dan sangat dipengaruhi oleh penguatan yang diberikan guru. Murid hanya mendengarkan dengan

tertib penjelasan guru dan menghafalkan apa yang didengar dan dipandang sebagai cara belajar yang efektif. Penggunaan hukuman yang sangat dihindari oleh para tokoh behavioristik justru dianggap metode yang paling efektif untuk menertibkan siswa.

HUMANISTIS

Humanistis adalah aliran dalam psikologi yang muncul pada 1950-an sebagai reaksi terhadap behaviorisme dan psikoanalisis. Aliran ini secara eksplisit memberikan perhatian pada dimensi manusia dari psikologi dan konteks manusia dalam pengembangan teori psikologis. Permasalahan ini dirangkum dalam lima postulat psikologi humanistis dari James Bugental (1964), sebagai berikut:

1. Manusia tidak dapat direduksi menjadi komponen-komponen.
2. Manusia memiliki konteks yang unik dalam dirinya.
3. Kesadaran manusia menyertakan kesadaran akan diri dalam konteks orang lain.
4. Manusia mempunyai pilihan-pilihan dan tanggung jawab.
5. Manusia bersifat intensional, mereka mencari makna, nilai, dan memiliki kreativitas.

A. Definisi

Psikologi humanistis atau disebut juga dengan nama psikologi kemanusiaan adalah suatu pendekatan yang multifaset terhadap pengalaman dan tingkah laku manusia, yang memusatkan perhatian pada keunikan dan aktualisasi diri manusia. Bagi sejumlah ahli psikologi humanistis ia merupakan alternatif, Adapun bagi sejumlah ahli psikologi humanistis yang lainnya merupakan pelengkap bagi penekanan tradisional behaviorisme dan psikoanalisis (Misiak dan Sexton, 2005). Situs www.geocities.com/masterptvpsikologi menyebutkan bahwa psikologi humanistis berdasarkan kepada keyakinan bahwa nilai-nilai etika merupakan daya psikologi yang kuat dan ia merupakan penentu asas kelakuan manusia. Keyakinan ini membawa kepada usaha meningkatkan kualitas manusia seperti pilihan,

kreativitas, interaksi fisik, mental dan jiwa, dan keperluan untuk menjadi lebih bebas. Situs yang sama menyebutkan bahwa psikologi humanistis juga didefinisikan sebagai sebuah sistem pemikiran yang berdasarkan kepada berbagai nilai, sifat, dan tindak tanduk yang dipercayai terbaik bagi manusia.

Psikologi humanistis dapat dimengerti dari tiga ciri utama, *pertama*, psikologi humanistis menawarkan satu nilai yang baru sebagai pendekatan untuk memahami sifat dan keadaan manusia. *Kedua*, ia menawarkan pengetahuan yang luas akan kaidah penyelidikan dalam bidang tingkah laku manusia. *Ketiga*, ia menawarkan metode yang lebih luas akan kaidah-kaidah yang lebih efektif dalam pelaksanaan psikoterapi. Pokok persoalan dari psikologi humanistis ialah pengalaman subjektif manusia, keunikannya yang membedakan dari hewan-hewan, Adapun area-area minat dan penelitian yang utama dari psikologi humanistis ialah kepribadian yang normal dan sehat, motivasi, kreativitas, kemungkinan-kemungkinan manusia untuk tumbuh dan bagaimana dapat mencapainya, serta nilai-nilai manusia Dalam metode-metode studinya, psikologi humanistis menggunakan berbagai metode mencakup wawancara, sejarah hidup, sastra, dan produk-produk kreatif lainnya.

B. Ciri-ciri dan Tujuan Psikologi Humanistis

Sebagai suatu paradigma, psikologi humanistis mempunyai ciri-ciri tertentu. Empat ciri psikologi yang berorientasi humanistis sebagai berikut (Misiak dan Sexton, 2005): *Memusatkan perhatian* pada person yang mengalami dan karenanya berfokus pada pengalaman sebagai fenomena dalam mempelajari manusia. *Menekankan pada kualitas-kualitas* yang khas manusia seperti memilih, kreativitas, menilai, dan realisasi diri, sebagai lawan dari pemikiran tentang manusia yang mekanistik dan reduksionistik.

Menyandarkan diri pada kebermaknaan dalam memilih masalah-masalah yang akan dipelajari dan prosedur-prosedur penelitian yang akan digunakan serta menentang penekanan yang berlebihan pada objektivitas yang mengorbankan signifikansi. *Memberikan perhatian*

penuh dan meletakkan nilai yang tinggi pada kemuliaan dan martabat manusia serta tertarik pada perkembangan potensi yang inheren pada setiap individu. Individu sebagaimana dia menemukan dirinya sendiri serta hubungannya dengan individu lain dan dengan kelompok sosial.

Adapun Charlotte Buhler—pemimpin internasional dan juru bicara senior psikologi humanistis—menekankan ciri-ciri psikologi humanistis berikut ini sebagai hal-hal yang mendasar, yaitu:

> Mencoba menemukan jalan masuk ke arah studi dan pemahaman individu sebagai keseluruhan. Berhubungan erat dengan eksistensialisme yang menjadi landasan filosofisnya dan terutama dengan pengalaman intensionalitas sebagai "inti diri dan motivasi individu". Konsep tentang manusia yang paling sentral ialah kreativitas.

C. Konseling dan Terapi

Psikologi humanistis meliputi beberapa pendekatan untuk konseling dan psikoterapi. Pada pendekatan-pendekatan awal ditemukan teori perkembangan dari Abraham Maslow, yang menekankan pada hierarki kebutuhan dan motivasi, psikologi eksistensial dari Rollo May yang mempelajari pilihan-pilihan manusia dan aspek tragis dari keeksistensian manusia, dan terapi *person-centered* atau *client-centered* dari Carl Rogers, yang memusatkan seputar kemampuan klien untuk mengarahkan diri sendiri (*self-direction*) dan memahami perkembangan diri sendiri. Pendekatan-pendekatan lain dalam konseling dan terapi psikologi humanistis antara lain *Gestalt therapy, humanistic psychotherapy, depth therapy, holistic health, encounter groups, sensitivity training, marital and family therapies, body work,* dan *the existential psychotherapy* dari *Medard Boss*. Teori humanistik juga mempunyai pengaruh besar pada bentuk lain dari terapi yang populer, seperti *Harvey Jackins' Re-evaluation Counselling* dan studi dari *Carl Rogers*. Seperti yang disebutkan oleh Clay (dalam, *http://en.wikipedia.org/wiki/Humanistic_psychology*) psikologi humanistis cenderung untuk melihat melebihi model medikal dari psikologi dengan tujuan

membuka pandangan nonpatologis dari seseorang. Kunci dari pendekatan ini ialah pertemuan antara terapis dan klien dan adanya kemungkinan untuk berdialog. Hal ini sering kali berimplikasi terapis menyingkirkan aspek patologis dan lebih menekankan pada aspek sehat dari seseorang. Tujuan dari kebanyakan terapi humanistis ialah untuk membantu klien mendekati perasaan yang lebih kuat dan sehat terhadap diri sendiri, yang biasa disebut *self-actualization*. Semua ini ialah bagian dari motivasi psikolgi humanistis untuk menjadi ilmu dari pengalaman manusia, yang memfokuskan pada pengalaman hidup nyata dari seseorang.

D. Evaluasi Psikologi Humanistis

Psikologi Humanistis, sebagai kekuatan ketiga dalam psikologi, telah diberi berbagai keterangan baik seperti gerakan yang kuat dan bersemangat, suatu gelombang masa depan. Walaupun demikian, layaknya kedua aliran lain dalam psikologi yaitu behaviorisme dan psikoanalisis, psikologi humanistis pun tidak lepas dari kritikan dan evaluasi. Beberapa di antaranya adalah:

Misiak dan Sexton (2005), menyebutkan bahwa sejumlah kritikus memandang psikologi humanistis sebagai mode, slogan, atau teriakan bersama, ketimbang suatu kekuatan yang nyata. Mereka juga berpendapat bahwa psikologi humanistis merupakan suatu gerakan "ngawur" yang lemah karena tersusun dari jalinan yang terlalu banyak, terlalu berjauhan, dan kadang-kaang berlawanan, sehingga tidak sanggup menghasilkan tindakan bersama dan pengaruh yang lama. Sejumlah kritikus lain juga mempersoalkan masalah metodologi yang digunakan oleh psikologi humanistis. Mereka tidak yakin jika psikologi humanistis memiliki metodologi-perangkat, teknik-teknik, dan prosedur-prosedur yang memadai untuk menyelidiki masalah-masalah yang seharusnya diselidiki di atas basis empiris.

Kritikan mengenai psikologi humanistis juga datang dari Isaac Prilleltensky pada 1992, yang berpendapat bahwa psikologi humanistis—dengan kurang hati-hati—mengafirmasi *status quo* dari sosial dan politik, dan sebab itu telah tetap diam terhadap perubahan sosial.

Lebih jauh, dalam *review* yang dilakukan Seligman & Csikszentmihalyi. Pada pendekatan lain dari psikologi positif, mencatat bahwa perwujudan awal dari psikologi humanistis kekurangan penekanan dari dasar empiris, dan beberapa arahan telah mendorong *self-centeredness*. Walaupun demikian, menurut pemikir humanistis, psikologi humanistis jangan dipahami mempromosikan ide seperti narsisisme, egoisme, atau *selfishness*. (Bohart & Greening, 2001, dalam http://en.wikipedia.org/wiki/Humanistic_psychology)

Asosiasi humanistis optimis bahwa pandangan dunia telah salah mengerti mengenai teori humanistis. Dalam respons mereka terhadap Seligman & Csikszentmihalyi, Bohart & Greening mencatat bahwa seiring dengan *self-actualization* dan *individual fulfillment*, psikologi humanistis juga telah memublikasikan karya ilmiah mengenai isu dan topik sosial seperti promosi perdamaian internasional, kesadaran akan *holocaust*, pengurangan kekerasan, dan promosi akan kesejahteraan sosial dan keadilan untuk semua.

Psikologi humanistis juga dikritik karena teori-teorinya dianggap mustahil untuk disalahkan atau disangkal (Popper, 1969, dalam http://en.wikipedia.org/wiki/Humanistic_psychology) dan kekurangan nilai prediktif, oleh karena itu tidak dapat disebut sebagai ilmu pengetahuan. Usaha dari para ahli psikologi humanistis dan positif untuk menjelaskan tingkah laku manusia sering kali berarti bahwa teori-teori tersebut tidak dapat dibuktikan salah, namun bukan berarti pula bahwa teori-teori ini benar adanya. Sebagai contoh, teori psikologi Adler dapat menjelaskan hampir semua tingkah laku sebagai tanda bahwa seseorang telah mengatasi perasaan inferior mereka. Sebaliknya, dengan tingkah laku yang sama juga dapat berlaku sebagai tanda bahwa seorang individu gagal mengatasi perasaan inferior. Teori ini sama saja mengatakan "antara akan hujan atau tidak hujan". Sebuah teori ilmu pengetahuan yang baik seharusnya dapat disangkal dan mempunyai kekuatan untuk memprediksi (Chalmers, 1999, dalam http://en.wikipedia.org/wiki/Humanistic_psychology); oleh karena itu, psikologi humanistis bukanlah sebuah ilmu pengetahuan.

TEORI KOGNITIF

A. Teori Belajar Piaget

Piaget merupakan salah satu pionir konstruktivis, ia berpendapat bahwa anak membangun sendiri pengetahuannya dari pengalamannya sendiri dengan lingkungan. Dalam pandangan Piaget, pengetahuan datang dari tindakan, perkembangan kognitif sebagian besar bergantung kepada seberapa jauh anak aktif memanipulasi dan aktif berinteraksi dengan lingkungannya. Dalam hal ini peran guru ialah sebagai fasilitator dan buku sebagai pemberi informasi.

Piaget menjabarkan implikasi teori kognitif pada pendidikan yaitu 1) memusatkan perhatian kepada cara berpikir atau proses mental anak, tidak sekadar kepada hasilnya. Guru harus memahami proses yang digunakan anak sehingga sampai pada hasil tersebut. Pengalaman-pengalaman belajar yang sesuai dikembangkan dengan memerhatikan tahap fungsi kognitif dan jika guru penuh perhatian terhadap Pendekatan yang digunakan siswa untuk sampai pada kesimpulan tertentu, barulah dapat dikatakan guru berada dalam posisi memberikan pengalaman yang dimaksud; 2) mengutamakan peran siswa dalam berinisiatif sendiri dan keterlibatan aktif dalam kegiatan belajar. Dalam kelas, Piaget menekankan bahwa pengajaran pengetahuan jadi (*ready made knowledge*), anak didorong menentukan sendiri pengetahuan ini melalui interaksi spontan dengan lingkungan; 3) memaklumi akan adanya perbedaan individual dalam hal kemajuan perkembangan. Teori Piaget mengasumsikan bahwa seluruh siswa tumbuh dan melewati urutan perkembangan yang sama, namun pertumbuhan ini berlangsung pada kecepatan berbeda. Oleh karena itu, guru harus melakukan upaya untuk mengatur aktivitas dalam kelas yang terdiri dari individu-individu ke dalam bentuk kelompok-kelompok kecil siswa daripada aktivitas dalam bentuk klasikal; dan 4) mengutamakan peran siswa untuk saling berinteraksi. Menurut Piaget, pertukaran gagasan tidak dapat dihindari untuk perkembangan penalaran. Walaupun penalaran tidak dapat diajarkan secara langsung, perkembangannya dapat disimulasi.

B. Teori Belajar Vygotsky

Tokoh konstruktivis lain ialah Vygotsky. Sumbangan penting teori Vygotsky ialah penekanan pada hakikatnya pembelajaran sosio-kultural. Inti teori Vygotsky ialah menekankan interaksi antara aspek "internal" dan "eksternal" dari pemelajaran dan penekanannya pada lingkungan sosial pemelajaran. Menurut teori Vygotsky, fungsi kognitif berasal dari interaksi sosial masing-masing individu dalam konsep budaya. Vygotsky juga yakin bahwa pembelajaran terjadi saat siswa bekerja menangani tugas-tugas yang belum dipelajari namun tugas-tugas itu berada dalam "*zone of proximal development*" mereka. *Zone of proximal development* adalah jarak antara tingkat perkembangan sesungguhnya yang ditunjukkan dalam kemampuan pemecahan masalah secara mandiri dan tingkat kemampuan perkembangan potensial yang ditunjukkan dalam kemampuan pemecahan masalah di bawah bimbingan orang dewasa atau teman sebaya yang lebih mampu.

Teori Vygotsky yang lain ialah "*scaffolding*". *Scaffolding* adalah memberikan kepada seorang anak sejumlah besar bantuan selama tahap-tahap awal pembelajaran dan kemudian mengurangi bantuan ini dan memberikan kesempatan kepada anak ini mengambil alih tanggung jawab yang semakin besar setelah ia mampu mengerjakan sendiri. Bantuan yang diberikan guru dapat berupa petunjuk, peringatan, dorongan menguraikan masalah ke dalam bentuk lain yang memungkinkan siswa dapat mandiri.

Vygotsky menjabarkan implikasi utama teori pembelajarannya yaitu: 1) menghendaki *setting* kelas kooperatif, sehingga siswa dapat saling berinteraksi dan saling memunculkan strategi-strategi pemecahan masalah yang efektif dalam masing-masing *zone of proximal development* mereka; 2) pendekatan Vygotsky dalam pembelajaran menekankan *scaffolding.* Jadi, teori belajar Vygotsky adalah salah satu teori belajar sosial sehingga sangat sesuai dengan model pembelajaran kooperatif karena dalam model pembelajaran kooperatif terjadi interaktif sosial yaitu interaksi antara siswa dan siswa dan antara siswa dan guru dalam usaha menemukan konsep-konsep dan pemecahan masalah.

TEORI PERKEMBANGAN KOGNITIF

Dikembangkan oleh Jean Piaget, seorang psikolog Swiss yang hidup tahun 1896-1980. Teorinya memberikan banyak konsep utama dalam lapangan psikologi perkembangan dan berpengaruh terhadap perkembangan konsep kecerdasan, yang bagi Piaget, berarti kemampuan untuk secara lebih tepat merepresentasikan dunia dan melakukan operasi logis dalam representasi konsep yang berdasar pada kenyataan. Teori ini membahas muncul dan diperolehnya *schemata*—skema tentang bagaimana seseorang mempersepsi lingkungannya—dalam tahapan-tahapan perkembangan, saat seseorang memperoleh cara baru dalam merepresentasikan informasi secara mental. Teori ini digolongkan ke dalam konstruktivisme, yang berarti, tidak seperti teori nativisme (yang menggambarkan perkembangan kognitif sebagai pemunculan pengetahuan dan kemampuan bawaan), teori ini berpendapat bahwa kita membangun kemampuan kognitif kita melalui tindakan yang termotivasi dengan sendirinya terhadap lingkungan. Untuk pengembangan teori ini, Piaget memperoleh *Erasmus Prize*. Piaget membagi skema yang digunakan anak untuk memahami dunianya melalui empat periode utama yang berkorelasi dengan dan semakin canggih seiring pertambahan usia:

- Tahapan sensorimotor (usia 0–2 tahun).
- Tahapan pra-operasional (usia 2–7 tahun).
- Tahapan operasional konkrit (usia 7–11 tahun).
- Tahapan operasional formal (usia 11 tahun sampai dewasa).

A. Tahapan Sensorimotor

Menurut Piaget, bayi lahir dengan sejumlah refleks bawaan selain juga dorongan untuk mengeksplorasi dunianya. Skema awalnya dibentuk melalui diferensiasi refleks bawaan ini. **Tahapan sensorimotor** adalah tahapan pertama dari empat tahapan. Piaget berpendapat bahwa tahapan ini menandai perkembangan kemampuan dan pemahaman spasial penting dalam enam sub-tahapan:

1. Sub-tahapan *skema refleks*, muncul saat lahir sampai usia enam minggu dan berhubungan terutama dengan refleks.
2. Sub-tahapan *fase reaksi sirkular primer*, dari usia enam minggu sampai empat bulan dan berhubungan terutama dengan munculnya kebiasaan-kebiasaan.
3. Sub-tahapan *fase reaksi sirkular sekunder*, muncul antara usia empat sampai sembilan bulan dan berhubungan terutama dengan koordinasi antara penglihatan dan pemaknaan.
4. Sub-tahapan *koordinasi reaksi sirkular sekunder*, muncul dari usia 9-12 bulan, saat berkembangnya kemampuan untuk melihat objek sebagai sesuatu yang permanen walau kelihatannya berbeda kalau dilihat dari sudut berbeda (permanensi objek).
5. Sub-tahapan *fase reaksi sirkular tersier*, muncul dalam usia 12-18 bulan dan berhubungan terutama dengan penemuan cara-cara baru untuk mencapai tujuan.
6. Sub-tahapan *awal representasi simbolis*, berhubungan terutama dengan tahapan awal kreativitas.

B. Tahapan Praoperasional

Tahapan ini merupakan tahapan kedua dari empat tahapan. Dengan mengamati urutan permainan, Piaget dapat menunjukkan bahwa setelah akhir usia dua tahun jenis yang secara kualitatif baru dari fungsi psikologis muncul. **Pemikiran (pra) operasi** dalam teori Piaget ialah prosedur melakukan tindakan secara mental terhadap objek-objek. Ciri dari tahapan ini adalah operasi mental yang jarang dan secara logika tidak memadai. Dalam tahapan ini, anak belajar menggunakan dan merepresentasikan objek dengan gambaran dan kata-kata. Pemikirannya masih bersifat egosentris: anak kesulitan untuk melihat dari sudut pandang orang lain. Anak dapat mengklasifikasikan objek menggunakan satu ciri, seperti mengumpulkan semua benda merah walau bentuknya berbeda-beda atau mengumpulkan semua benda bulat walau warnanya berbeda-beda.

Menurut Piaget, tahapan pra-operasional mengikuti tahapan sensorimotor dan muncul antara usia dua sampai enam tahun. Dalam tahapan ini, anak mengembangkan keterampilan berbahasanya. Mereka mulai merepresentasikan benda-benda dengan kata-kata dan gambar. Bagaimanapun, mereka masih menggunakan penalaran intuitif bukan logis. Di permulaan tahapan ini, mereka cenderung egosentris, yaitu mereka tidak dapat memahami tempatnya di dunia dan bagaimana hal tersebut berhubungan satu sama lain. Mereka kesulitan memahami bagaimana perasaan dari orang di sekitarnya. Tetapi seiring pendewasaan, kemampuan untuk memahami perspektif orang lain semakin baik. Anak memiliki pikiran yang sangat imajinatif di saat ini dan menganggap setiap benda yang tidak hidup pun memiliki perasaan.

C. Tahapan Operasional Konkrit

Tahapan ini merupakan tahapan ketiga dari empat tahapan. Muncul antara usia 6-12 tahun dan mempunyai ciri berupa penggunaan logika yang memadai. Proses-proses penting selama tahapan ini antara lain:

Pengurutan—kemampuan untuk mengurutkan objek menurut ukuran, bentuk, atau ciri lainnya. Contohnya, bila diberi benda berbeda ukuran, mereka dapat mengurutkannya dari benda yang paling besar ke yang paling kecil.

Klasifikasi—kemampuan untuk memberi nama dan mengidentifikasi serangkaian benda menurut tampilannya, ukurannya, atau karakteristik lain, termasuk gagasan bahwa serangkaian benda-benda dapat menyertakan benda lainnya ke dalam rangkaian ini. Anak tidak lagi memiliki keterbatasan logika berupa animisme (anggapan bahwa semua benda hidup dan berperasaan).

Decentering—anak mulai mempertimbangkan beberapa aspek dari suatu permasalahan untuk bisa memecahkannya. Sebagai contoh, anak tidak akan lagi menganggap cangkir lebar tetapi pendek lebih sedikit isinya dibanding cangkir kecil yang tinggi.

Reversibility—anak mulai memahami bahwa jumlah atau benda-benda dapat diubah, kemudian kembali ke keadaan awal. Untuk itu, anak dapat dengan cepat menentukan bahwa 4 + 4 sama dengan 8, 8 - 4 akan sama dengan 4, jumlah sebelumnya.

Konservasi—memahami bahwa kuantitas, panjang, atau jumlah benda-benda ialah tidak berhubungan dengan pengaturan atau tampilan dari objek atau benda-benda ini. Sebagai contoh, bila anak diberi cangkir yang seukuran dan isinya sama banyak, mereka akan tahu bila air dituangkan ke gelas lain yang ukurannya berbeda, air di gelas ini akan tetap sama banyak dengan isi cangkir lain.

Penghilangan sifat egosentrisme—kemampuan untuk melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain (bahkan saat orang ini berpikir dengan cara yang salah). Sebagai contoh, tunjukkan komik yang memperlihatkan Siti menyimpan boneka dalam kotak, lalu meninggalkan ruangan, kemudian Ujang memindahkan boneka ini ke dalam laci, setelah ini baru Siti kembali ke ruangan. Anak dalam tahap operasi konkrit akan mengatakan bahwa Siti akan tetap menganggap boneka itu ada dalam kotak walau anak ini tahu bahwa boneka ini telah dipindahkan ke dalam laci oleh Ujang.

D. Tahapan Operasional Formal

Tahap operasional formal adalah periode terakhir perkembangan kognitif dalam teori Piaget. Tahap ini mulai dialami anak dalam usia 11 tahun (saat pubertas) dan terus berlanjut sampai dewasa. Karakteristik tahap ini ialah diperolehnya kemampuan untuk berpikir secara abstrak, menalar secara logis, dan menarik kesimpulan dari informasi yang tersedia. Dalam tahapan ini, seseorang dapat memahami hal-hal seperti cinta, bukti logis, dan nilai. Ia tidak melihat segala sesuatu hanya dalam bentuk hitam dan putih, namun ada "gradasi abu-abu" di antaranya. Dilihat dari faktor biologis, tahapan ini muncul saat pubertas (saat terjadi berbagai perubahan besar lainnya), menandai masuknya ke dunia dewasa secara fisiologis, kognitif, penalaran moral, perkembangan psikoseksual, dan perkembangan sosial. Beberapa orang tidak sepenuhnya mencapai perkem-

bangan sampai tahap ini, sehingga ia tidak mempunyai keterampilan berpikir sebagai seorang dewasa dan tetap menggunakan penalaran dari tahap operasional konkrit.

1. Informasi Umum Mengenai Tahapan-tahapan

Keempat tahapan tersebut memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1. Walau tahapan-tahapan itu dapat dicapai dalam usia bervariasi tetapi urutannya selalu sama. Tidak ada tahapan yang diloncati dan tidak ada urutan yang mundur.
2. Universal (tidak terkait budaya).
3. Dapat digeneralisasi: representasi dan logika dari operasi yang ada dalam diri seseorang berlaku juga pada semua konsep dan isi pengetahuan.
4. Tahapan-tahapan tersebut berupa keseluruhan yang terorganisasi secara logis.
5. Urutan tahapan bersifat hierarkis (setiap tahapan mencakup elemen-elemen dari tahapan sebelumnya, tetapi lebih terdiferensiasi dan terintegrasi).
6. Tahapan merepresentasikan perbedaan secara kualitatif dalam model berpikir, bukan hanya perbedaan kuantitatif.

2. Proses Perkembangan

Seorang individu dalam hidupnya selalu berinteraksi dengan lingkungan. Dengan berinteraksi ini, seseorang akan memperoleh **skema**. Skema berupa kategori pengetahuan yang membantu dalam menginterpretasi dan memahami dunia. Skema juga menggambarkan tindakan baik secara mental maupun fisik yang terlibat dalam memahami atau mengetahui sesuatu. Sehingga dalam pandangan Piaget, skema mencakup baik kategori pengetahuan maupun proses perolehan pengetahuan ini. Seiring dengan pengalamannya mengeksplorasi lingkungan, informasi yang baru didapatnya digunakan untuk memodifikasi, menambah, atau mengganti skema yang sebelumnya ada. Sebagai contoh, seorang anak mungkin memiliki skema tentang

sejenis binatang, misalnya dengan burung. Bila pengalaman awal anak berkaitan dengan burung kenari, anak kemungkinan beranggapan bahwa semua burung ialah kecil, berwarna kuning, dan mencicit. Suatu saat, mungkin anak melihat seekor burung unta. Anak akan perlu memodifikasi skema yang ia miliki sebelumnya tentang burung untuk memasukkan jenis burung yang baru ini.

Asimilasi adalah proses menambahkan informasi baru ke dalam skema yang telah ada. Proses ini bersifat subjektif, karena seseorang akan cenderung memodifikasi pengalaman atau informasi yang diperolehnya agar dapat masuk ke dalam skema yang telah ada sebelumnya. Dalam contoh di atas, melihat burung kenari dan memberinya label "burung" merupakan contoh mengasimilasi binatang itu pada skema burung si anak.

Akomodasi adalah bentuk penyesuaian lain yang melibatkan pengubahan atau penggantian skema akibat adanya informasi baru yang tidak sesuai dengan skema yang telah ada. Dalam proses ini dapat pula terjadi pemunculan skema yang baru sama sekali. Dalam contoh di atas, melihat burung unta dan mengubah skemanya tentang burung sebelum memberinya label "burung" merupakan contoh mengakomodasi binatang itu pada skema burung si anak.

Melalui kedua proses penyesuaian tersebut, sistem kognisi seseorang berubah dan berkembang sehingga dapat meningkat dari satu tahap ke tahap di atasnya. Proses penyesuaian tersebut dilakukan seorang individu karena ia ingin mencapai keadaan **ekuilibrium**, yaitu berupa keadaan seimbang antara struktur kognisi dan pengalamannya di lingkungan. Seseorang akan selalu berupaya agar keadaan seimbang tersebut selalu tercapai dengan menggunakan kedua proses penyesuaian tersebut.

Dengan demikian, kognisi seseorang berkembang bukan karena menerima pengetahuan dari luar secara pasif tetapi orang tersebut secara aktif mengkonstruksi pengetahuannya.

3. Isu dalam Perkembangan Kognitif

Isu utama dalam perkembangan kognitif serupa dengan isu perkembangan psikologi secara umum.

4. Tahapan Perkembangan

- Perbedaan kualitatif dan kuantitatif
  Terdapat kontroversi terhadap pembagian tahapan perkembangan berdasarkan perbedaan kualitas atau kuantitas kognisi.
- Kontinuitas dan diskontinuitas
  Kontroversi ini membahas apakah pembagian tahapan perkembangan merupakan proses yang berkelanjutan atau proses terputus pada tiap tahapannya.
- Homogenitas dari fungsi kognisi
  Terdapat perbedaan kemampuan fungsi kognisi dari tiap individu.

5. Natur dan Nurtur

Kontroversi natur dan nurtur berasal dari perbedaan antara filsafat nativisme dan empirisme. Nativisme memercayai bahwa pada kemampuan otak manusia sejak lahir telah dipersiapkan untuk tugas-tugas kognitif. Empirisme memercayai bahwa kemampuan kognisi merupakan hasil dari pengalaman.

6. Stabilitas dan Kelenturan dari Kecerdasan

Secara relatif kecerdasan seorang anak tetap stabil pada suatu derajat kecerdasan, namun terdapat perbedaan kemampuan kecerdasan seorang anak pada usia tiga tahun dibandingkan dengan usia 15 tahun.

6. Sudut Pandang Lain

Pada saat ini, terdapat beberapa pendekatan yang berbeda untuk menjelaskan perkembangan kognitif.

- Teori perkembangan kognitif neurosains

Kemajuan ilmu neurosains dan teknologi memungkinkan mengaitkan antara aktivitas otak dan perilaku. Biologis menjadi dasar dari pendekatan ini untuk menjelaskan perkembangan kognitif. Pendekatan ini memiliki tujuan untuk dapat mengantarai pertanyaan mengenai umat manusia yaitu:

1. Apakah hubungan antara pemikiran dan tubuh, khususnya antara otak secara fisik dan mental berproses?
2. Apakah filogeni atau ontogeni yang menjadi awal mula dari struktur biologis yang teratur?

- Teori konstruksi pemikiran-sosial

  Selain biologi, konteks sosial juga merupakan salah satu sudut pandang dari perkembangan kognitif. Perspektif ini menyatakan bahwa lingkungan sosial dan budaya akan memberikan pengaruh terbesar terhadap pembentukan kognisi dan pemikiran anak. Teori ini memiliki implikasi langsung pada dunia pendidikan. Teori Vygotsky menyatakan bahwa anak belajar secara aktif lebih baik daripada secara pasif. Tokoh-tokohnya di antaranya Lev Vygotsky, Albert Bandura, dan Michael Tomasello

- *Theory of Mind* (ToM)

  Teori perkembangan kognitif ini percaya bahwa anak memiliki teori maupun skema mengenai dunianya yang menjadi dasar kognisinya. Tokoh dari ToM ini di antaranya ialah Andrew N. Meltzoff.

KESIMPULAN

Pada teori-teori psikologi perkembangan tentang empat teori psikologi yaitu Psikoanalisis, Behaviorisme, Psikologi Humanistis, dan Teori Kognitif mempunyai hubungan yang sama yaitu mempelajari tingkah laku dan proses mental, tetapi dengan cara yang berbeda-beda. Seperti pada pendekatan kognitif menekankan bahwa tingkah laku adalah proses mental, di mana individu aktif dalam menangkap, menilai, membandingkan, dan menanggapi. Pada pendekatan psikoanalisis meyakini bahwa kehidupan individu sebagian besar dikua-

sai oleh alam bawah sadar. Psikososial studi tentang pengaruh sosial terhadap proses individu, misalnya: studi tentang persepsi, motivasi proses belajar, atribusi (sifat). Behaviorisme menganalisis hanya perilaku yang tampak saja, yang dapat diukur, dilukiskan, dan diramalkan. Sementara humanistis ini sendiri reaksi terhadap behaviorisme dan psikoanalisis.

SARAN

Kami memiliki beberapa saran yang mungkin dapat berguna. Adapun saran ini sebagai berikut:

1. Sebelum mempelajari teori psikologi perkembangan, perhatian berawal pada pemahaman yang mendalam bukan hanya melalui pandangan-pandangan yang belum dibuktikan.
2. Dalam hal mempelajari perkembangan manusia dengan lebih mendasar dengan jangkauan yang lebih kecil, karena membicarakan sudut pandang tersebut dari sudut pandang psikologi.

BAB 4

MASA PERKEMBANGAN DALAM KANDUNGAN

Kesehatan reproduksi adalah suatu keadaan sejahtera fisik, mental, dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan dalam semua hal berkaitan dengan sistem reproduksi, serta fungsi dan prosesnya. Kesehatan reproduksi merupakan hal yang sangat penting karena menyangkut keselamatan ibu dan bayi yang ada dalam rahim ibunya.

Untuk itu, dapat kita lihat setiap informasi dan gambaran penting dari proses terjadinya manusia dalam kandungan ibu selama sembilan bulan. Dan apa saja yang terjadi pada calon bayi selama dalam kandungan.

Indonesia sebagai salah satu negara yang berpartisipasi dalam perkembangan program kesehatan reproduksi, untuk menindak lanjuti hal itu, maka diadakanya Lokakarya Nasional Kesehatan Reproduksi pada Mei 1996 di Jakarta. Sebagai warga negara Indonesia telah saatnya untuk memiliki pengetahuan tentang proses terjadinya kehamilan dan perkembangan kandungan agar dapat meningkatkan kesehatan serta mengurangi angka kematian ibu yang meninggal akibat persalinan.

Selain itu, juga kita membahas bagaimana sistem reproduksi itu sendiri, apa saja yang terjadi dalam kandungan, perkembangan janin dari usia 0-40 minggu. Dan hal-hal

lain yang terkait mengenai perkembangan kandungan pada masa kehamilan.

Dalam masyarakat, definisi medis dan legal kehamilan manusia dibagi menjadi tiga periode triwulan, sebagai cara memudahkan tahap berbeda dari perkembangan janin. Triwulan pertama membawa risiko tertinggi keguguran (kematian alami embrio atau janin), Adapun pada masa triwulan kedua perkembangan janin dapat dimonitor dan didiagnosis. Triwulan ketiga menandakan awal *viabilitas*, yang berarti janin dapat tetap hidup bila terjadi kelahiran awal alami atau kelahiran dipaksakan.

Kehamilan manusia terjadi selama 40 minggu antara waktu menstruasi terakhir dan kelahiran (38 minggu dari pembuahan). Istilah medis untuk wanita hamil ialah *gravida*, Adapun manusia di dalamnya disebut *embrio* (minggu-minggu awal) dan kemudian janin (sampai kelahiran). Seorang wanita yang hamil untuk pertama kalinya disebut *primigravida* atau *gravida 1*. Seorang wanita yang belum pernah hamil dikenal sebagai *gravida 0*.

AWAL PROSES KEHAMILAN

Periode prenatal adalah periode yang pertama dilalui oleh setiap individu dan yang paling singkat dari periode sebelumnya. Periode ini mulai pada saat pembuahan dan berakhir pada saat kelahiran yang berlangsung 270 sampai 280 hari atau sembilan bulan.

Kehidupaan dimulai ketika bersatunya sel seks pria yang disebut dengan spermatozoa dengan sel-sel wanita yang disebut indung telur (ovarium). Masing-masing sel seks mengandung 23 kromosom yang berpasangan Adapun yang tidak berpasangan mungkin mengandung kromosom X atau Y, Adapun pada indung telur terdapat 23 pasang kromosom X. Bila sel telur bersatu dengan benih atau sperma yang mengandung kromosom X, maka akan terjadilah anak perempuan. Tetapi bila sel telur bersatu dengan benih atau sperma yang mengandung kromosom Y, maka akan terjadilah anak laki-laki.

Normalnya, wanita hanya memproduksi satu sel telur setiap

bulannya. Di lain tubuh, pria dapat memproduksi sperma terus-menerus dalam jumlah besar. Rata-rata setiap semprotan air mani mengandung 100-200 juta sperma. Namun dari jumlah ini hanya satu yang berhasil menembus indung telur dan membuahi sel telur. Ini merupakan salah satu bentuk seleksi alam untuk memilih bibit yang terbaik.

Apabila pembuahan ini berhasil, dari satu sel telur yang telah dibuahi dan berukuran 0,2 mm akan terus berkembang biak dan berpindah ke dalam rahim.

Kurang lebih sekitar 7-10 hari setelah pembuahan, sel telur yang telah dibuahi akan masuk dan menempel di selaput dalam rahim. Dianalogikan dengan kasur, selaput dalam rahim ini tebal dan lunak sehingga dapat melindungi sel telur yang telah dibuahi. Pada tahap ini kehamilan telah dimulai.

Selama ini sel telur yang telah dibuahi tersebut terus berbiak dan membentuk semacam akar/rambut yang halus. Ini menyerap gizi yang terkandung dalam selaput dalam rahim sehingga dapat terus berkembang. Rambut-rambut halus ini nantinya memiliki fungsi yang sangat penting untuk janin.

Pada sekitar hari kelima, sel telur yang telah dibuahi dan keluar dari indung telur sudah berbentuk sebagai satu garis. Pertama yang terbentuk ialah saraf. Perkembangan berikutnya terbagi dua yaitu otak dan sumsum. Segera setelah ini cikal bakal organ tubuh penting seperti jantung, pembuluh darah, otot, sudah mulai terbentuk.

Di lain pihak, *plasenta* (ari-ari) yang berfungsi menyelimuti janin selama proses kehamilan juga sudah mulai terbentuk. Sampai usia kehamilan tiga minggu ini janin masih belum dapat dideteksi. Pada saat ini kepala bayi kurang lebih setengah dari panjang badan, di mana badan bayi masih tampak seperti ekor saja.

TUMBUH KEMBANG JANIN

A. Tahap Perkembangan Janin

1. Tahap Pre-Embrionik

Pada tahap pertama, *zigot* tumbuh membesar melalui pembelahan sel, dan terbentuklah segumpalan sel yang kemudian membenamkan diri pada dinding rahim. Seiring pertumbuhan zigot yang semakin membesar, sel-sel penyusunnya pun mengatur diri mereka sendiri guna membentuk tiga lapisan.

2. Masa Embrionik

Masa embrio berlangsung dari perkembangan minggu keempat hingga minggu kedelapan dan merupakan masa terbentuk jaringan dan sistem organ dari masing-masing lapisan madigah. Sebagai akibat pembentukan organ, maka ciri-ciri utama bentuk tubuh mulai jelas terlihat.

Lapisan madigah terdiri dari lapisan ektoderm, mesoderm, dan endoderma. Pada perkembangan ini lapisan madigah ektoderm membentuk organ dan struktur-struktur yang memelihara hubungan dengan dunia luar:

1. Susunan saraf pusat.
2. Sistem saraf tepi.
3. Epitel sensoris telinga, hidung, dan mata.
4. Kulit termasuk rambut dan kuku.
5. Kelenjar hipofisis, *mammae*, keringat, serta email gigi.

Adapun bagian yang paling penting dari lapisan madigah mesoderm ialah mesoderm paraksial, *inermediat*, dan lempeng lateral. Mesoderm paraaksial membentuk *somitomer*, yang membentuk *messenkim* di kepala dan tersusun sebagai *somit-somit* di segmen oksipital dan kaudal. Somit membentuk motom (jaringan otot), *sklerotom* (tulang rawan), dan dermatom (jaringan subkutan kulit), yang semuanya merupakan jaringan penunjang tubuh. Mesoderm juga membentuk sistem pembuluh yaitu jantung, pembuluh nadi, pembuluh balik,

pembuluh getah bening, dan semua sel darah dan getah bening. Di samping itu, lapisan ini membentuk sistem kemih kelamin: ginjal, gonad dan saluran-salurannya (tetapi tidak termasuk kandung kemih), limpa dan korteks adrenal juga merupakan *derivate* dari mesoderm.

Lapisan madigah endoderma menghasilkan lapisan epitel saluran pencernaan, saluran pernapasan, dan kandung kemih. Lapisan ini juga membentuk parenkim ratiroid, kelenjar paratiroid hati, dan kelenjar pankreas. Lapisan epitel kavum timpani dan *tuba eustachius* juga berasal dari lapisan ini.

Akibat dari pembentukan sistem-sistem organ dan pertumbuhan sistem saraf pusat yang cepat, cakram madigah yang mula-mula ada mulai melipat dengan arah lintang, sehingga terdapat bentuk tubuh yang bulat. Hubungan dengan kantung kuning telur dan plasenta dipertahankan masing-masing melalui duktus-duktus *vitellinus* dan tali pusat.

3. Tahap Fetus

Dimulai dari tahap ini dan seterusnya, bayi disebut sebagai *fetus*. Tahap ini dimulai sejak kehamilan bulan kedelapan dan berakhir hingga masa kelahiran. Ciri khusus tahapan ini ialah terlihatnya fetus menyerupai manusia, dengan wajah, kedua tangan, dan kakinya. Meskipun pada awalnya memiliki panjang 3 cm, kesemua organnya telah tampak. Tahap ini berlangsung selama kurang lebih 30 minggu, dan perkembangan berlanjut hingga minggu kelahiran.

4. Masa Ovulasi (Masa Subur)

Pada wanita, ovariumnya memiliki ribuan sel telur. Namun selama masa reproduksi sel telur yang tersisa hanya 400 saja. Proses pengeluaran ovum ini dimulai sejak masa pubertas. Setiap bulan, sebuah sel telur dikeluarkan melalui dinding luar ovarium. Proses ini disebut masa ovulasi. Sel telur ini akan ditangkap oleh tuba falopi dan akan menuju rahim. Ovulasi terjadi pada pertengahan siklus menstruasi atau sekitar 14 hari sebelum periode menstruasi berikutnya. Usia kehamilan dihitung berdasarkan rumus *Naegele* yaitu *hari perta-*

ma kehamilan sama dengan hari pertama haid terakhir. Adapun untuk menentukan masa lahiran ialah dengan cara menambahkan tanggal dengan tujuh dan bulannya dengan sembilan, di mana umur kehamilan cukup bulan ialah sembilan bulan tujuh hari. Sehingga jangan kaget jika pasangan yang baru menikah satu minggu ternyata dokter mengatakan usia kandungan istrinya tiga minggu.

B. Masa Perkembangan Janin

Perkembangan janin dimulai dari awal bulan ketiga hingga akhir kehidupan rahim janin dikenal sebagai masa janin.

Panjang janin biasanya disebutkan sebagai *panjang puncak kepala bokong* (PBB) sebagai *panjang puncak kepala tumit* (PPT), ukuran dari *vertex* kepala ke tumit (tinggi berdiri) ukuran dinyatakan dalam cm, kemudian dihubungkan dengan umur janin yang dinyatakan dalam minggu/bulan.

Salah satu perubahan paling mencolok selama masa janin ialah pembentukan kepala relatif lebih lambat dibandingkan bagian tubuh lainnya. Pada permulaan bulan ketiga kepala kira-kira setengah dari PBB. Menjelang permulaan bulan kelima ukuran kepala kira-kira sepertiga PPT.

Selama bulan ketiga wajah semakin menyerupai manusia. Mata yang mulai menghadap ke lateral, menjadi terletak di permukaan ventral wajah dan telinga mendekati letak definitnya di samping kepala. Pusat-pusat asifikasi primer terdapat dari tulang-tulang panjang dan tulang-tulang tengkorak pada minggu ke-12, selain itu alat kelamin luar berkembang sedemikian rupa sehingga jenis kelamin dapat ditentukan dengan pemeriksaan luar (USG). Pada minggu keenam, gelung-gelung usus menimbulkan benjolan besar dalam tali pusat, tetapi pada minggu ke-11 gelung-gelung ini kembali masuk ke rongga mulut. Pada akhir bulan ketiga kegiatan otot, karena gerakan ini sedemikian kecil sehingga tidak dapat dirasakan oleh ibunya.

Pada bulan keempat, kelima, PBB-nya kira-kira 15 cm, yaitu kira-kira setengah dari total panjang bayi baru lahir, akan tetapi berat

badan janin hanya sedikit bertambah pada masa ini menjelang akhir bulan kelima masing-masing kurang dari 500 g.

Janin dibungkus oleh rambut-rambut halus (rambut lanugo) alis mata dan rambut kepala juga dapat dilihat, pada bulan kelima gerakan janin biasanya jelas dapat dirasakan oleh ibunya.

Selama paruh kedua kehidupan dalam rahim, berat badan sangat bertambah khususnya selama dua bulan terakhir. Pertumbuhannya meliputi 50% dari berat cukup bulan (kira-kira 3.200 g). Pada bulan keenam, kulit janin kemerahan dan tampak keriput, karena tidak ada jaringan ikat di bawah kulit. Janin yang dilahirkan pada bulan keenam atau paruh pertama bulan ketujuh sukar untuk hidup.

Selama dua bulan terakhir, janin memperoleh kontur yang membulat karena adanya endapan lemak di bawah kulit. Menjelang kehidupan dalam rahim kulit, dibungkus zat lemak keputih-putihan, terbentuk dari produk-produk sekresi kelenjar sobum. Ketika janin berusia 28 minggu, ia dapat hidup meskipun susah payah.

Pada akhir bulan kesembilan kepala telah mendapat ukuran-ukuran lingkaran terbesar pada semua bagian tubuh. Pada saat berakhir, berat badan janin 3.000-3.400 g. PBB-nya kira-kira 36 ons, dan PPT kira-kira 50 cm, ciri-cirinya jelas, dan testis seharusnya telah ada dalam skrotum.

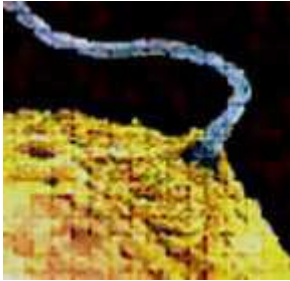
C. Perubahan Janin dari Minggu ke Minggu

1. Minggu Ke-1

Pada minggu ini, menjadi menstruasi yang terakhir sebelum kehamilan. Perdarahan terjadi dan hormon-hormon di tubuh mempersiapkan sel telur untuk dilepaskan.

2. Minggu Ke-2

Uterus (dinding rahim) menebal dan mempersiapkan untuk tahap ovulasi.

3. Minggu Ke-3

Pada minggu ketiga merupakan masa ovulasi (pelepasan sel telur). Kehamilan terjadi pada masa ini. Bertemunya sel telur dengan sel sperma. Jika terjadi hubungan seksual yang berlangsung selama ovulasi yang memakan waktu sekitar 12-24 jam, salah satu dari ribuan sperma yang berada di liang vagina berenang melewati leher dan rongga rahim hingga mencapai tuba falopi, lalu membuahi ovum yang sedang bergerak menuju rahim. Salah satu sel telur yang telah dibuahi dinamakan zigot.

4. Minggu Ke-4

Zigot berimplantasi pada dinding rahim (*uterus*). Dengan berakhirnya minggu ini, tidak mendapat menstruasi, dan menjadi tanda pertama kemungkinan kehamilan. Pada beberapa wanita mendapatkan sedikit perdarahan dan disalahartikan sebagai menstruasi, sebenarnya perdarahan yang sedikit ini karena implantasi dari zigot ke dinding rahim wanita.

5. Minggu Ke-5

Ukuran bayi sekitar sebuah biji apel dan pada minggu ini disebut sebagai embrio. Bayi telah mempunyai detak jantung sendiri, plasenta dan tali pusar telah bekerja sepenuhnya pada minggu ini. Vesikel-vesikel otak primer mulai terbentuk, sistem saraf mulai berkembang.

6. Minggu Ke-6

Pada minggu ini, panjang embrio sekitar 1,25 cm bentuk embrio terlihat seperti berudu. Sudah dapat dikenali bentuk kepala, tulang ekor, kedua celah untuk bakal mata, tangan, dan anggota gerak menyerupai tunas kecil. Pada minggu ini juga ter-

jadi pembentukan awal dari hati, pankreas, paru-paru, jantung, dan kelenjar tiroid.

7. Minggu Ke-7

Jantung telah terbentuk lengkap. Saraf dan otot bekerja bersamaan untuk pertama kalinya. Bayi mempunyai refleks dan bergerak spontan, bayi mulai menendang dan berenang dalam rahim walaupun ibu belum dapat merasakannya. Pada akhir minggu keenam otak akan terbentuk lengkap. Dalam minggu ketujuh, rangka mulai tersebar ke seluruh tubuh dan tulang-tulang mencapai bentuknya yang kita kenal. Pada akhir minggu ketujuh dan selama minggu kedelapan, otot-otot menempati posisinya di sekeliling bentukan tulang.

8. Minggu Ke-8

Embrio berukuran sekitar 2,5-3 cm. Seluruh organ utama bayi telah terbentuk meskipun belum berkembang sempurna. Jaringan saraf dalam otak berhubungan dengan lobi penciuman di otak. Tangan dan kaki telah terbagi menjadi komponen tangan, lengan, bahu, paha, kaki. Organ reproduksi mulai terbentuk. Mata membentuk pigmen dan telinga bagian luar telah terbentuk sempurna, sehingga pada minggu ini bayi telah dapat mendengar. Jantung berdetak keras karena telah dapat memompa dengan irama yang teratur.

Pada minggu ini organ reproduksi mulai terbentuk, sehingga jenis kelamin mulai terbentuk. Jenis kelamin sebenarnya ditentukan dari awal oleh sperma pria. Hal ini terjadi pada masa pembuahan dan tidak ada yang dapat dilakukan untuk mencegahnya. Menurut ilmu genetika dan biologi terdapat dua jenis kromosom seks dalam tubuh manusia, yaitu kromosom X, dan Y. Seluruh sel telur memiliki satu kromosom x, sedangkan

sperma dapat mengandung kromosom X dan Y. Jika sebuah sperma mengandung kromosom x menyatu dengan sel telur (X), akan dilahirkan seorang bayi perempuan (XX). Adapun jika sebuah sperma yang mengandung kromosom y menyatu dengan ovum (X), akan dilahirkan seorang bayi laki-laki (XY).

9. Minggu Ke-9

Pergerakan pertama fetus dapat dideteksi dengan USG. Pada minggu ini, perut dan rongga dada telah terpisah dan otot mata dan bibir atas terbentuk.

10. Minggu Ke-10

Tulang sedang menggantikan kartilago. Kuku jari mulai berkembang. Diafragma memisahkan jantung dan paru-paru dari perut. Otot leher terbentuk. Otak berkembang cepat dalam bulan terakhir ini sehingga proporsi kepala lebih besar daripada tubuh.

11. Minggu Ke-11

Organ seks luar telah terbentuk, juga folikel-folikel rambut dan gigi. Bayi telah dapat menelan cairan amnion dan mengeluarkan kembali/ urine. Semua sistem organ pada bayi telah berfungsi.

12. Minggu Ke-12

Panjang janin sekarang sekitar 6,5-8 cm dan bobotnya sekitar 18 gram. Kepala bayi menjadi lebih bulat dan wajah telah terbentuk sepenuhnya. Semua organ vital telah terbentuk. Bayi mulai menggerak-gerakkan tungkai dan lengannya, bayi dapat mengisap lengannya tetapi ibu belum dapat merasakan gerakan-gerakan ini.

13. Minggu Ke-13

Panjang janin (dari puncak kepala sampai sakrum/bokong) sekitar 65-78 mm dengan berat kira-kira 20 gram. Rahim dapat teraba kira-kira 10 cm di bawah pusar. Pertumbuhan kepala bayi yang saat ini kira-kira separuh panjang janin mengalami perlambatan dibanding bagian tubuh lainnya. Perlambatan ini berlangsung terus, hingga di akhir kehamilan akan tampak proporsional, yakni kira-kira tinggal sepertiga panjang tubuhnya.

Kedua cikal bakal matanya makin hari kian bergeser ke bagian depan wajah meski masih terpisah jauh satu sama lain. Sementara telinga bagian luar terus berkembang dan menyerupai telinga normal. Kulit janin yang masih sangat tipis membuat pembuluh darah terlihat jelas di bawah kulitnya.

Seluruh tubuh janin ditutupi rambut-rambut halus yang disebut *lanugo*. Kerangka/tulang belulangnya telah terbentuk di minggu-minggu sebelumnya dan di minggu-minggu selanjutnya akan berosifikasi/menahan kalsium dengan sangat cepat, hingga tulangnya jadi lebih keras.

14. Minggu Ke-14

Panjangnya mencapai kisaran 80 mm atau 8 cm dengan berat sekitar 25 gram. Telinga janin menempati posisi normal di sisi kiri dan kanan kepala. Demikian pula mata mengarah ke posisi sebenarnya. Leher berkembang lebih nyata, hingga lebih mudah membedakan jenis kelaminnya. Bahkan, di rumah-rumah sakit besar atau rumah sakit pendidikan dengan alat-alat bantu yang serba canggih, seluruh perkembangannya dapat dipantau. Misalnya, bagaimana perkembangan otak, mata, dan ginjalnya. Juga dapat diketahui apakah ada anusnya atau tidak, paru-parunya berkembang baik atau tidak, saluran pencernaannya mengalami penyempitan atau tidak, serta adakah kebocoran pada klep atau bagian lain dari jantung. Termasuk jika terlihat kecacatan berupa bibir sumbing atau kelainan jemari (misal: jari dempet).

15. Minggu Ke-15

Panjang janin sekitar 10-11 cm dengan berat kira-kira 80 gram. Kehamilan makin terlihat, hingga demi kenyamanan si ibu maupun janinnya, amat dianjurkan mulai mengenakan baju hamil. Sebab, kulit dan otot-otot, terutama di sekitar perut akan melebar (melar) karena mengalami peregangan luar biasa guna mengakomodasi pembesaran rahim. Garis-garis regangan yang disebut *striae* umumnya muncul di daerah perut, payudara, bokong, dan panggul. Boleh-boleh saja memakai *lotion* khusus sekadar untuk menyamarkannya karena memang tak mungkin hilang. Namun dianjurkan tak memakai krim jenis steroid semisal hidrokortison yang dikhawatirkan bakal terserap ke dalam sistem peredaran darah ibu dan dapat mengacaukan kerja hormonal. Pada masa ini indra pengecap/lidah telah mulai dapat merasa.

16. Minggu 16 (Bulan Ke-4)

Panjang janin sekarang sekitar 16 cm dan bobotnya sekitar 35 gram. Dengan bantuan *scan*, kita dapat melihat kepala dan tubuh bayi, kita juga dapat melihatnya bergerak-gerak. Janin menggerak-gerakkan seluruh tungkai dan lengannya, menendang dan menyepak. Inilah tahap paling awal di mana ibu dapat merasakan gerakan bayi. Rasanya seperti ada seekor kupu-kupu dalam perutmu. Tetapi, ibu tidak perlu khawatir jika belum dapat merasakan gerakan ini. Jika si bayi merupakan anak pertama, biasanya ibu agak lebih lambat dalam merasakan gerakannya. Refleks gerak dapat dirasakan ibu, meski masih amat sederhana yang biasanya terasa sebagai kedutan. Rambut halus di atas bibir atas dan alis mata juga tampak melengkapi lanugo yang memenuhi seluruh tubuhnya. Bahkan, jari jemari

kaki dan tangannya dilengkapi dengan sebentuk kuku. Tungkai kaki yang di awal pembentukannya muncul belakangan, kini lebih panjang daripada lengan.

Pada usia ini janin memproduksi *alfa fetoprotein*, yaitu protein yang hanya dijumpai pada darah ibu hamil. Bila kadar protein ini berlebih dapat merupakan pertanda ada masalah serius pada janin seperti *spina bifida*, yakni kelainan kongenital yang berkaitan dengan saraf tulang belakang. Sebaliknya, kadar alfafetoprotein yang rendah bersignifikasi dengan *Sindrom Down*. Sementara jumlah alfafetoprotein ini sendiri dapat diukur dengan pemeriksaan air ketuban/*amniocentesis* dengan menyuntikkan jarum khusus lewat dinding perut ibu.

Sistem pencernaan janin pun mulai menjalankan fungsinya. Dalam waktu 24 jam, janin menelan air ketuban sekitar 450-500 ml. Hati yang berfungsi membentuk darah, melakukan metabolisme hemoglobin dan bilirubin, lalu mengubahnya jadi biliverdin yang disalurkan ke usus sebagai bahan sisa metabolisme. Bila terjadi asfiksia (gangguan oksigenasi) akan muncul rangsangan yang membuat gerak peristaltik usus janin meningkat sekaligus terbukanya *sfingter ani* (klep anus). Akibatnya, janin mengeluarkan mekoneum yang membuat air ketuban jadi kehijauan.

Di usia ini, janin juga mulai mampu mengenali dan mendengar suara-suara dari luar kantong ketuban. Termasuk detak jantung ibu bahkan suara-suara di luar diri si ibu, seperti suara gaduh atau teriakan maupun sapaan lembut.

17. Minggu Ke-17

Panjang tubuh janin meningkat lebih pesat ketimbang lebarnya, menjadi 13 cm dengan berat sekitar 120 gram, hingga bentuk rahim terlihat oval dan bukan membulat.

Akibatnya, rahim terdorong dari rongga panggul mengarah ke

rongga perut. Otomatis usus ibu terdorong nyaris mencapai daerah hati, hingga kerap terasa menusuk ulu hati. Pada masa ini bayi sudah dapat bermimpi saat ia tidur.

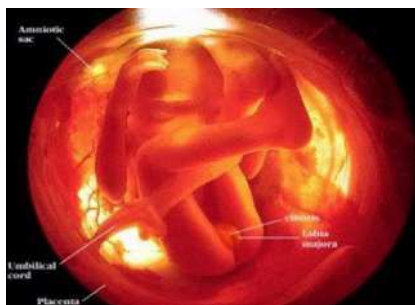
Pertumbuhan rahim yang pesat ini pun membuat ligamen-ligamen meregang, terutama bila ada gerakan mendadak. Rasa nyeri atau tak nyaman ini disebut nyeri ligamen rotundum. Oleh karena itu, amat disarankan menjaga sikap tubuh dan tak melakukan gerakan-gerakan mendadak atau yang menimbulkan peregangan.

Lemak yang juga sering disebut jaringan adiposa mulai terbentuk di bawah kulit bayi yang semula sedemikian tipis pada minggu ini dan minggu-minggu berikutnya. Lemak ini berperan penting untuk menjaga kestabilan suhu dan metabolisme tubuh. Sementara pada beberapa ibu yang pernah hamil, gerakan bayi mulai dapat dirasakan di minggu ini. Kendati masih samar dan tak selalu dapat dirasakan setiap saat sepanjang hari. Adapun bila kehamilan tersebut merupakan kehamilan pertama, gerakan yang sama umumnya baru mulai dapat dirasakan pada minggu ke-20.

18. Minggu Ke-1:

Taksiran panjang janin ialah 14 cm dengan berat sekitar 150 gram. Rahim dapat diraba tepat di bawah pusar, ukurannya kira-kira sebesar buah semangka. Pertumbuhan rahim ke depan akan mengubah keseimbangan tubuh ibu. Sementara peningkatan mobilitas persendian ikut mempengaruhi perubahaan postur tubuh sekaligus menyebabkan keluhan punggung. Keluhan ini makin bertambah bila kenaikan berat badan tak terkendali. Untuk mengatasinya, biasakan berbaring miring ke kiri, hindari berdiri terlalu lama dan mengangkat beban berat. Selain itu, sempatkan sesering mungkin mengistirahatkan kaki dengan mengangkat/mengganjalnya pakai bantal.

Mulai usia ini hubungan interaktif antara ibu dan janinnya kian terjalin erat. Tak mengherankan setiap kali si ibu gembira, sedih, lapar, atau merasakan hal lain, janin pun merasakan hal sama.

19. Minggu Ke-19

Panjang janin diperkirakan 13-15 cm dengan taksiran berat 200 gram. Sistem saraf janin yang terbentuk di minggu keempat, di minggu ini makin sempurna perkembangannya, yakni dengan diproduksi cairan serebrospinalis yang mestinya bersirkulasi di otak dan saraf tulang belakang tanpa hambatan. Nah, jika lubang yang ada tersumbat atau aliran cairan ini terhalang oleh penyebab apa pun, kemungkinan besar terjadi *hidrosefalus*/penumpukan cairan di otak. Jumlah cairan yang terakumulasi biasanya sekitar 500-1.500 ml, namun dapat mencapai 5 liter. Penumpukan ini jelas berdampak fatal mengingat betapa banyak jumlah jaringan otak janin yang tertekan oleh cairan tadi.

20. Minggu Ke-20 (Bulan Ke-5)

Panjang janin mencapai kisaran 14-16 cm dengan berat sekitar 260 gram. Janin telah mengenali suara ibunya. Kulit yang menutupi tubuh janin mulai dapat dibedakan menjadi dua lapisan, yakni lapisan epidermis yang terletak di permukaan dan lapisan dermis yang merupakan lapisan dalam. Epidermis selanjutnya akan membentuk pola-pola tertentu pada ujung jari, telapak tangan, maupun telapak kaki. Adapun lapisan dermis mengandung pembuluh-pembuluh darah kecil, saraf, dan sejumlah besar lemak. Seiring perkembangannya yang pesat, kebutuhan darah janin pun meningkat tajam. Agar anemia tak mengancam kehamilan, ibu harus mencukupi kebutuhannya akan asupan zat besi, baik lewat konsumsi makanan bergizi seimbang maupun suplemen yang dianjurkan dokter.

21. Minggu Ke-21

Beratnya sekitar 350 gram dengan panjang kira-kira 18 cm. Pada minggu ini, berbagai sistem organ tubuh mengalami pematangan fungsi dan perkembangan.

Dengan perut ibu yang kian membuncit dan keseimbangan tubuh yang terganggu, bukan saatnya lagi melakukan olahraga kontak seperti basket yang kemungkinan terjatuhnya besar. Hindari pula olahraga peregangan ataupun yang bersikap kompetitif, semisal golf atau bahkan lomba lari.

22. Minggu Ke-22

Dengan berat mencapai taksiran 400-500 gram dan panjang sekitar 19 cm, si ibu kian mampu beradaptasi dengan kehamilannya. Kekhawatiran bakal terjadi keguguran juga telah pupus. Tak heran bila ibu amat menikmatinya karena keluhan mual-muntah telah berlalu dan kini nafsu makannya justru sedang menggebu, hingga ia mesti berhati-hati agar tak terjadi pertambahan berat badan yang berlebih.

Ciri khas usia kehamilan ini adalah substansi putih mirip pasta penutup kulit tubuh janin yang disebut *vernix caseosa*. Fungsinya melindungi kulit janin terhadap cairan ketuban maupun kelak saat berada di jalan lahir. Di usia ini pula kelopak mata mulai menjalankan fungsinya untuk melindungi mata dengan gerakan menutup dan membuka. Jantung janin yang terbentuk di minggu kelima pun mengalami modifikasi sedemikian rupa dan mulai menjalankan fungsinya memompa darah sebagai persiapannya kelak saat lahir ke dunia.

23. Minggu Ke-23

Tubuh janin tak lagi terlihat kelewat ringkih karena bertambah montok dengan berat hampir mencapai 550 gram dan panjang sekitar 20 cm. Kendati begitu, kulitnya masih tampak keriput karena kandungan lemak di bawah kulitnya tak sebanyak saat ia dilahirkan kelak. Namun wajah dan tubuhnya secara keseluruhan amat mirip dengan penampilannya sewaktu dilahirkan nanti. Hanya saja rambut

lanugo yang menutup sekujur tubuhnya kadang berwarna lebih gelap di usia kehamilan ini.

24. Minggu Ke-24 (Bulan Ke-6)

Janin makin terlihat berisi dengan berat yang diperkirakan mencapai 600 gram dan panjang sekitar 21 cm. Rahim terletak sekitar 5 cm di atas pusar atau sekitar 24 cm di atas simfisis pubis/tulang kemaluan. Kelopak-kelopak matanya kian sempurna dilengkapi bulu mata. Pendengarannya berfungsi penuh. Terbukti, janin mulai bereaksi dengan menggerakkan tubuhnya secara lembut jika mendengar irama musik yang disukainya. Begitu juga ia akan menunjukkan respons khas saat mendengar suara-suara bising atau teriakan yang tak disukainya.

25. Minggu Ke-25

Berat bayi kini mencapai sekitar 700 gram dengan panjang dari puncak kepala sampai bokong kira-kira 22 cm. Sementara jarak dari puncak rahim ke simfisis pubis sekitar 25 cm. Bila ada indikasi medis, umumnya akan dilakukan USG berseri seminggu dua kali untuk melihat apakah perkembangan bayi terganggu atau tidak. Yang termasuk indikasi medis di antaranya hipertensi ataupun pre-eklampsia yang membuat pembuluh darah menguncup, hingga suplai nutrisi jadi terhambat. Akibatnya, terjadi IUGR (*Intra Uterin Growth Retardation* atau perkembangan janin terhambat). Begitu juga bila semula tidak ada, tiba-tiba muncul gangguan asma selama kehamilan.

Jika dari hasil pantauan ternyata tak terjadi perkembangan semestinya, akan dipertimbangkan untuk membesarkan janin di luar rahim dengan mengakhiri kehamilan. Tentu saja harus ada sejumlah syarat ketat yang mengikuti. Di antaranya, rumah sakit yang merawat bayi-bayi prematur haruslah rumah sakit bersalin khusus yang lengkap

dengan ahli-ahli neonatologi (ahli anak yang mengkhususkan diri pada spesialisasi perawatan bayi baru lahir sampai usia 40 hari). Selain fasilitas NICU (*Neonatal Intensive Care Unit*).

26. Minggu Ke-26

Di usia ini berat bayi diperkirakan hampir mencapai 850 gram dengan panjang dari bokong dan puncak kepala sekitar 23 cm. Denyut jantung sudah jelas-jelas terdengar, normalnya 120-160 denyut per menit. Ketidaknormalan seputar denyut jantung harus dicermati karena bukan tak mungkin merupakan gejala ada keluhan serius. Sementara rasa tak nyaman berupa keluhan nyeri pinggang, kram kaki, dan sakit kepala akan lebih sering dirasakan si ibu. Begitu juga keluhan nyeri di bawah tulang rusuk dan perut bagian bawah, terutama saat bayi bergerak. Sebab, rahim jadi makin besar yang akan memberi tekanan pada semua organ tubuh. Termasuk usus kecil, kantung kemih, dan *rectum*. Tak jarang ibu hamil jadi terkena sembelit, namun terpaksa bolak-balik ke kamar mandi karena beser.

27. Minggu Ke-27

Bayi kini beratnya melebihi 1.000 gram. Panjang totalnya mencapai 34 cm dengan panjang bokong ke puncak kepala sekitar 24 cm. Di minggu ini, kelopak mata mulai membuka. Sementara retina yang berada di bagian belakang mata, membentuk lapisan-lapisan yang berfungsi menerima cahaya dan informasi mengenai pencahayaan ini sekaligus meneruskannya ke otak. Jika terjadi "kesalahan", pembentukan lapisan-lapisan inilah yang kelak memunculkan katarak kongenital/bawaan saat bayi dilahirkan. Lensa jadi berkabut atau keputihan. Walaupun dipicu oleh faktor genetik, katarak bawaan ini ditemukan pada anak-anak yang dilahirkan oleh ibu yang terserang rubela pada usia kehamilan di minggu-minggu akhir trimester dua.

28. Minggu Ke-28

Kepala bayi sekarang telah proporsional dengan tubuhnya. Ibu mungkin mengalami tekanan di bagian diafragma dan perut. Seka-

rang bobot bayi sekitar 1.700 gram dan panjangnya sekitar 40 cm.

Puncak rahim berada kira-kira 8 cm di atas pusar. Gerakan janin makin kuat dengan intensitas yang makin sering, sementara denyut jantungnya pun kian mudah didengar. Tubuhnya masih terlihat kurus meski mencapai berat sekitar 1.100 gram dengan kisaran panjang 35-38 cm. Kendati dibanding minggu-minggu sebelumnya lebih berisi dengan bertambah jumlah lemak di bawah kulitnya yang terlihat kemerahan. Jumlah jaringan otak di usia kehamilan ini meningkat. Begitu juga rambut kepalanya terus bertumbuh makin panjang. Alis dan kelopak matanya pun terbentuk, sementara selaput yang semula menutupi bola matanya telah hilang.

29. Minggu Ke-29

Beratnya sekitar 1.250 gram dengan panjang rata-rata 37 cm. Kelahiran prematur mesti diwaspadai karena umumnya meningkatkan keterlambatan perkembangan fisik maupun mentalnya. Bila dilahirkan di minggu ini, ia mampu bernapas meski dengan susah payah. Ia pun dapat menangis, kendati masih terdengar lirih. Kemampuannya bertahan untuk hidup pun masih tipis karena perkembangan paru-parunya belum sempurna. Meski dengan perawatan yang baik dan terkoordinasi dengan ahli lain yang terkait, kemungkinan hidup bayi prematur pun cukup besar.

30. Minggu Ke-30

Beratnya mencapai 1400 gram dan kisaran panjang 38 cm. Puncak rahim yang berada sekitar 10 cm di atas pusar memperbesar rasa tak nyaman, terutama pada panggul dan perut seiring bertambah besar kehamilan. Bagilah kebahagiaan saat merasakan gerakan si kecil pada suami dengan memintanya meraba perut Anda. Mulai denyutan halus, sikutan/tendangan, sampai gerak cepat meliuk-liuk yang menimbulkan rasa nyeri. Aktifnya gerakan ini tak mustahil akan membentuk simpul-simpul. Bila sampai membentuk simpul mati tentu sangat membahayakan karena suplai gizi dan oksigen dari ibu jadi terhenti atau paling tidak terhambat.

31. Minggu Ke-31

Berat bayi sekitar 1.600 gram dengan taksiran panjang 40 cm. Waspadai bila muncul gejala nyeri di bawah tulang iga sebelah kanan, sakit kepala, maupun penglihatan berkunang-kunang. Terutama bila disertai tekanan darah tinggi yang mencapai peningkatan lebih dari 30 ml/Hg. Oleh sebab itu, pemeriksaan tekanan darah rutin dilakukan pada setiap kunjungan ke bidan/dokter. Cermati pula gangguan aliran darah ke anggota tubuh bawah yang membuat kaki jadi bengkak. Pada gangguan ringan, anjuran untuk lebih banyak beristirahat dengan berbaring miring sekaligus mengurangi aktivitas, dapat membantu.

32. Minggu Ke-32

Pada usia ini, berat bayi harus berkisar 1.800-2.000 gram dengan panjang tubuh 42 cm. Mulai minggu ini, biasanya kunjungan rutin diperketat/lebih intensif dari sebulan sekali menjadi dua minggu sekali. Umumnya, hemodilusi atau pengenceran darah mengalami puncaknya pada minggu ini. Untuk ibu hamil dengan kelainan jantung, hipertensi dan pre-eklampsia, mesti ekstra hati-hati. Sebab dengan jumlah darah yang makin banyak, beban kerja jantung pun meningkat. Pada mereka yang mengalami gangguan jantung dan tekanan darah, tentu makin besar pula peluang terjadi penjepitan di pembuluh-pembuluh darah. Dampak lebih lanjut ialah tekanan darah meningkat. Gangguan semacam ini tak hanya berbahaya pada ibu, tetapi juga si bayi, hingga biasanya dipertimbangkan untuk dilahirkan. Terlebih bila terjadi perburukan kondisi, semisal tekanan darah tak kunjung turun.

33. Minggu Ke-33

Beratnya lebih dari 2.000 gram dan panjangnya sekitar 43 cm. Di minggu ini, mesti diwaspadai terjadi abrupsio plasenta atau plasenta lepas dari dinding rahim. Dapat terlepas sebagian maupun terlepas total yang berujung dengan syok pada ibu akibat kehilangan darah dalam jumlah besar maupun kematian bayi. Penyebabnya

tak diketahui pasti, namun diduga akibat trauma pada ibu semisal saat kecelakaan/benturan yang sangat keras, tali pusar yang pendek, hipertensi, keabnormalan rahim, maupun kekurangan asam folat. Ibu perokok dan peminum alkohol diprediksi lebih berkemungkinan mengalami masalah ini. Yang juga mesti diwaspadai ialah kantung air ketuban pecah/bocor. Tak ada cara lain selain segera hubungi dokter.

34. Minggu Ke-34

Berat bayi hampir 2.275 gram dengan taksiran panjang sekitar 44 cm. Idealnya, di minggu ini dilakukan tes untuk menilai kondisi kesehatan si bayi secara umum. Penggunaan USG dapat dimanfaatkan untuk pemeriksaan ini, terutama evaluasi terhadap otak, jantung, dan organ lain. Adapun pemeriksaan lain yang biasa dilakukan ialah tes nonstres dan profil biofisik.

Dalam profil biofisik digunakan skor 0 sampai 2 dengan lima poin yang dievaluasi yakni pernapasan, gerakan tubuh, tonus yang dievaluasi berdasarkan gerakan lengan dan/atau tungkai, denyut jantung, dan banyaknya cairan ketuban. Bila nilainya rendah, disarankan persalinan segera dilakukan. Pemeriksaan biofisik biasanya dilakukan bila diduga bayi mengalami IUGR (*Intra Uterin Growth Retardation*), pada ibu pengidap diabetes, kehamilan yang bayinya tak banyak bergerak, kehamilan risiko tinggi, ataupun kehamilan lewat waktu.

35. Minggu Ke-35

Secara fisik, bayi berukuran sekitar 45 cm dengan berat 2.450 gram. Namun yang terpenting, mulai minggu ini bayi umumnya telah matang fungsi paru-parunya. Ini sangat penting karena kematangan paru-paru sangat menentukan *life viability* atau kemampuan si bayi untuk bertahan hidup. Kematangan fungsi paru-paru ini sendiri akan dilakukan lewat pengambilan cairan amnion untuk menilai *lesitin spingomyelin* atau selaput tipis yang menyelubungi paru-paru.

36. Minggu Ke 36

Berat bayi harusnya mencapai 2.500 gram dengan panjang 46 cm. Tes kematangan paru-paru di minggu ini perlu dilakukan bila muncul keraguan akan taksiran usia kehamilan. Terutama pada pasien yang tak ingat kapan menstruasi terakhir dan bagaimana pola/siklus haid-nya. Ataupun pada bayi besar namun tak cocok dengan pertumbuhan usia sebenarnya. Mulai minggu ini pemeriksaan rutin diperketat jadi seminggu sekali. Tujuannya tak lain untuk meminimalisasi risiko-risiko yang mungkin muncul mengingat penyebab terbanyak kematian ibu melahirkan (*maternal mortality rate*) di Indonesia adalah perdarahan, infeksi, dan pre-eklampsia. Sementara dari ketiga faktor penyebab tersebut, yang dapat dicegah dengan pemeriksaan ANC (*antenatal care*) yang baik cuma pre-eklampsia. Di antaranya dengan pemantauan tekanan darah dan kenaikan berat badan yang tak lazim, yakni maksimal 1 kg setiap bulan. Adapun kasus-kasus perdarahan dan infeksi dapat saja terjadi meski ANC-nya oke.

37. Minggu Ke-37

Dengan panjang 47 cm dan berat 2.950 gram, di usia ini bayi dikatakan aterm atau siap lahir karena seluruh fungsi organ-organ tubuhnya dapat matang untuk bekerja sendiri. Kepala bayi biasanya masuk ke jalan lahir dengan posisi siap lahir. Kendati sebagian kecil di antaranya dengan posisi sungsang. Di minggu ini, biasanya dilakukan pula pemeriksaan dalam untuk mengevaluasi kondisi kepala bayi, pelunakan jalan lahir guna mengetahui telah mencapai pembukaan berapa.

38. Minggu Ke-38

Berat bayi sekitar 3.100 gram dengan panjang 48 cm. Rasa cemas menantikan saat melahirkan yang mendebarkan dapat membuat ibu mengalami puncak gangguan emosional. Namun obat-obat golongan antidepresan tak diberikan karena dianggap tak aman. Apalagi semua obat antidepresan akan melewati plasenta yang akan berpengaruh pada bayi. Jauh lebih bijaksana bila ibu melakukan relaksasi dengan

melatih pernapasan sebagai bekal menjelang persalinan. Meski biasanya akan ditunggu sampai usia kehamilan 40 minggu, bayi rata-rata akan lahir di usia kehamilan 38 minggu.

39. Minggu Ke-39

Di usia kehamilan ini, bayi mencapai berat sekitar 3.250 gram dengan panjang sekitar 49 cm. Di minggu ini pula dokter yang menangani biasanya siaga menjaga agar kehamilan jangan sampai *post-matur* atau lewat waktu. Karena bila terjadi hal demikian, plasenta tak mampu lagi menjalani fungsinya untuk menyerap suplai makanan dari ibu ke bayi, hingga kekurangan gizi. Tak heran kalau bayi *post-matur* umumnya berkulit kering/keriput atau malah mengelupas. Sementara kapan persisnya plasenta mengalami penurunan fungsi sama sekali tak dapat diprediksi.

Penurunan fungsi plasenta dapat diketahui berdasarkan evaluasi terhadap fungsi dinamik janin, arus darah, napas dan gerak bayi, serta denyut jantungnya lewat pemeriksaan CTG (kardiotokografi), USG, maupun *doppler*. Dari hasil evaluasi tersebut akan dinilai apakah memungkinkan dan memang saatnya untuk memberi induksi persalinan. Kalau fungsi arus darahnya tak baik, tentu tak dianjurkan lahir pervaginam yang justru berisiko bayi mengalami hipoksia.

40. Minggu Ke-40

Bayi siap lahir. Ibu tidak perlu khawatir jika bayinya tidak lahir tepat pada waktu yang telah diperkirakan. Persentasenya hanya 5% bayi lahir tepat pada tanggal yang diperkirakan. Waktu yang telah lama dinanti hampir tiba dan si bayi akan segera melihat dunia. Sementara itu, rambut lanugo (rambut badan) bayi telah lenyap meskipun mungkin masih ada yang tersisa di punggung dan dahinya. Sebagian bayi lahir agak terlalu cepat, sebagian lainnya agak sedikit terlambat.

PERUBAHAN-PERUBAHAN PADA IBU HAMIL

A. Pemeriksaan Fisik Ibu Hamil

Pada kunjungan pertama, ibu hamil diperiksa dari kepala hingga ujung kaki, termasuk semua sistem tubuh, penampilan umum, dan status psikologis. Hasil dari pemeriksaan ini penting untuk digunakan kemudian.

Ada pemeriksaan fisik yang dilakukan antara lain:

1. Penampilan umum, termasuk postur tubuh, status nutrisi, dan usia.
2. Tinggi dan berat badan, bentuk tubuh.
3. Mata, telinga, hidung, mulut, dan gigi (karies pada gigi dapat menyebabkan kontraksi).
4. Tekanan darah, jantung, dan paru-paru.
5. Pemeriksaan payudara dan puting susu.
6. Pemeriksaan abdomen dengan palpasi perbesaran uterus, denyut jantung janin (bila janin telah berusia 10 minggu atau lebih), dan temuan abdomen lanilla.
7. Pemeriksaan ekstremitas terhadap edema atau *varicose*.
8. Pemeriksaan vagina terhadap tanda kehamilan seperti tanda *chadwick*.
9. Usap serviks terhadap pemeriksaan sitologi kanker (cairan biasanya diambil dari serviks dengan menggunakan aplikator, diletakan pada preparat kaca, dengan segera dimasukkan ke dalam alkohol 95%, dan dilakukan pemeriksaan mikroskopis).
10. Usap vagina untuk mengetahui *gonorrhea*.
11. Pemeriksaan manual organ-organ *pelvic* terhadap tanda-tanda kehamilan (tanda hegar) dan keadaan abnormal.
12. Pengukuran (*pelvimetri*) untuk menentukan ukuran perkiraan outlet tulang *pelvic* tempat janin lewat saat lahir.
13. Urinalisasi gula, aseton, dan albumin, biasanya dilakukan oleh perawat di ruangan atau klinik menggunakan tes yang sederha-

na dan cepat (asam sulfosalisilat di teteskan kedalam urin akan mengumpulkan albumin).

14. Pemeriksaan darah hemoglobin dan hitung darah, pemeriksaan standar terhadap sifilis (kemungkinan kelainan janin dari *syphilis maternal* yang tidak diobati), penentuan golongan darah, RH, dan *titer antibody rubella*, yang menandakan apakah ibu telah mendapat imunitas campak jerman, dan pemeriksaan terhadap *acquired immunodefiency syndrome* AIDS.

B. Perubahan Fisik

1. Sistem Reproduksi

Perubahan yang amat jelas pada anatomi *maternal* ialah pembesaran uterus untuk menyimpan bayi yang sedang tumbuh. Uterus tumbuh dari kecil, organ yang hampir padat berdinding tebal, kantung *muscular* yang mengandung janin, plasenta, dan sekitar 1.000 ml air ketuban. Beratnya mencapai 20 kali, dan kapasitasnya mencapai 500 lipat. Peningkatan ukuran ini disebabkan oleh pertumbuhan serabut-serabut otot dan jaringan yang berhubungan termasuk jaringan fibroelistik, darah, dan saraf.

Dinding uterus menipis dan melunak ketika uterus membesar. Pada hamil aterm, tebal dinding ialah kurang dari 0,5 cm. Pembuluh-pembuluh darah uterus mengalami di atasi hebat untuk memasok peningkatan volume darah yang sangat besar pada plasenta. Perubahan jaringan uterus pada awal masa kehamilan disebabkan oleh estrogen oleh progesteron yang merangsang serabut otot bukan karena terdapatnya pertumbuhan embrio dalam rongga uterus. Walaupun ketika ovum mengimplantasi di luar uterus sebagai kehamilan ektopik, uterus mengalami pembesaran kira-kira seumuran bulan keempat intra *uterine*.

Uterus dalam keadaan tidak hamil teraba seperti buah pir hijau yang halus. Kehamilan membuat lebih mudah teraba, sehingga, pada minggu kedelapan pemeriksa dapat merasakannya dengan palpasi. Hal ini disebut tanda Hegar's pada kehamilan.

Ukuran dan berat uterus:

Tidak hamil	: 8 x 5 x 3 cm
Hamil	: 30 x 22 x 20 cm
Tidak hamil	: 50 gram
Hamil	: 1 Kg

2. Sistem Integumen

Striae gravidarum. Sebagaimana janin tumbuh, uterus membesar menonjol keluar. Hal ini menyebabkan tonjolan dan kemudian membusung.

Serabut-serabut elastik dari lapisan kulit terdalam terpisah dan terputus karena tanda regangan yang, dibentuk disebut *striae gravidarum*, terlihat pada perut, payudara, dan bokong terjadi pada 50% pada wanita, hamil dan menghilang menjadi bayangan yang lebih terang setelah melahirkan. Wanita mungkin mengalami pruritus (rasa gatal) sebagai akibat dari regangan ini. Penyembuhan sementara, dapat dicapai dengan menggunakan losion yang agak ha-ngat.

Pigmentasi. Kelenjar hipofisis anterior yang dirangsang oleh kadar estrogen yang tinggi akan meningkatkan sekresi hormon MSH (*melanophore stimulating hormone*). Akibat yang ditimbulkan oleh peningkatan kadar MSH bervariasi menurut warna kulit alami wanita tersebut. Pengumpulan pigmen sementara mungkin terlihat pada bagian tubuh tertentu, tergantung pada warna kulit yang dimiliki. *Linea nigra* atau garis gelap mengikuti *midline abdomen*. *Cholasma* atau topeng kehamilan, terlihat seperti bintik-bintik hitam pada wajah. Area sekitar puting membesar dan warnanya semakin gelap. Semua area yang mengalami pigmentasi akan menghilang setelah melahirkan.

3. Sistem Endokrin

Kelenjar dari sistem endokrin menghasilkan bahan-bahan kimia yang mempengaruhi seluruh tubuh. Selama masa kehamilan banyak perubahan yang terjadi pada kelenjar ini.

Kelenjar *pituitary*. Lobus anterior dari kelenjar pituitary mengalami sedikit pembesaran selama kehamilan dan terus menghasilkan semua hormon tropik, tetapi dengan jumlah yang sedikit berbeda. ESH (*folikel stimulating hormone*) ditekan oleh HCG (*chorionic gonadotropin*) yang menghasilkan plasenta. Hormon pertumbuhan berkurang dan melantropik meningkat, menyebabkan peningkatan pigmentasi puting susu, wajah, dan abdomen. Pembentukan prolaktin meningkat dan berlanjut setelah melahirkan dan selama menyusui. Sebagaimana bayi telah berkembang sempurna pembentukan prolaktin oleh lobus posterior meningkat menyiapkan perannya menstimulasi,kontraksi otot uterus dalam proses persalinan.

4. Sistem Kardiovaskular

Sebagaimana kehamilan berlanjut, volume darah meningkat bertahap sebanyak 30-50% di atas tingkat pada keadaan tidak hamil, yang dibutuhkan bagi sirkulasi plasenta. Estrogen menstimulati adrenal untuk menstimulasi aldosteron, yang menyebabkan retensi garam dan air. Hal ini mengarah pada peningkatan volume darah dan edema jaringan. Namun demikian, tekanan darah relatif tidak mengalami perubahan. Peningkatan yang signifikan menyebabkan pre-eklampsia.

Beratnya uterus menekan vena-vena besar yang mengaliri pelvis dan ekstremitas bawah. Vena *varicose* mungkin terjadi pada tungkai paha dan *rectum*. Vena *varicose* terjadi pada 13-33% wanita hamil. Tekanan uterus pada vena kaki yang terjadi pada wanita hamil, berbaring dapat menurunkan tekanan darah yang berarti, disebut *supin hyrotensive syndrome*, menyebabkan pucat sementara, dan pening.

5. Sistem Musculoskeletal

Selama kehamilan, wanita membutuhkan kira-kira sepertiga lebih banyak kalium dan fosfor. Dengan makanan/asupan yang seimbang, kebutuhan ini terpenuhi dengan baik.

Di lain pihak, sendi pelvis pada saat kehamilan sedikit dapat

bergerak. Postur tubuh wanita secara bertahap mengalami perubahan karena janin membesar dalam abdomen dan menjelang akhir kehamilan banyak wanita hamil memperlihatkan postur tubuh yang khas (yang disebut lordosis). Postur ini terlihat ketika seseorang berdiri dan berjalan, bagian punggung yang melengkung. Untuk mengkompensasi penambahan berat ini, bahu lebih tertarik ke belakang dan tulang belakang lebih melengkung, sendi tulang belakang lebih lentur, dapat menyebabkan nyeri punggung pada beberapa wanita.

Demikian pula, jaringan ikat pada persendian panggul akan melunak dalam mempersiapkan persalinan. Mobilitas simpisis pubis dan persendian *sacroiliaca* akan bertambah sehingga rongga panggul akan menjadi lebih lebar.

6. Sistem Pernapasan

Sejalan dengan pertumbuhan janin dan mendorong diafragma ke atas, bentuk dan ukuran rongga dada berubah tetapi tidak membuatnya lebih kecil. Kapasitas paru-paru terhadap udara inspirasi tetap sama sebelum kehamilan. Kecepatan pernapasan dan kapasitas vital tidak berubah. Volume *tidal*, volume ventilator per menit, dan ambilan 02 meningkat. Karena bentuk dari rongga toraks berubah dan karena bernapas lebih cepat, sekitar 60% wanita hamil mengeluh sesak napas.

7. Sistem Gastrointestinal

Sistem gastrointestinal terpengaruh dalam beberapa hal kehamilan. Kadar progesteron mengganggu keseimbangan cairan tubuh, meningkatkan kolesterol darah, dan melambatkan kontraksi otot polos. Pembesaran uterus lebih menekan diafragma, lambung, dan intestine.

Pada bulan-bulan awal kehamilan, sepertiga wanita hamil mengalami mual dan muntah. Saat kehamilan berlanjut, penurunan asam lambung melambatkan pengosongan lambung dan menyebabkan kembung. Menurunnya gerakan peristaltik tidak saja menyebabkan mual tetapi juga konstipasi, karena lebih banyak feses terdapat dalam

usus, lebih banyak air diserap akan semakin keras jadinya. Konstipasi juga disebabkan oleh tekanan uterus pada bagian bawah pada awal masa kehamilan.

Pada bulan-bulan terakhir, nyeri ulu hati dan regurgitasi (pencernaan asam) memerlukan kenyamanan yang disebabkan tekanan ke atas dari pembesaran uterus. Pelebaran pembuluh darah *rectum* (hemorroid) dapat terjadi.

8. Sistem Perkemihan

Pada awal kehamilan, suplai darah kandung kemih meningkat dan pembesaran terus menekan kandung kemih. Faktor ini menyebabkan meningkatnya keinginan berkemih. Mendeteksi kelahiran janin turun lebih rendah ke pelvis, lebih menekan lagi kandung kemih dan semakin meningkatkan berkemih.

9. Sistem Persarafan Otak

Walaupun pada otak kemungkinan tidak mengalami perubahan, efek psikologis mungkin saja dapat terjadi. *Swing mood* lebih umum terjadi. Terkadang wanita tidak menerima kehamilannya, dan mungkin terjadi secara psikologis.

10. Payudara

Perubahan pada payudara yang membawa kepada fungsi laktasi disebabkan oleh peningkatan kadar estrogen, progesteron, laktogen plasental, dan prolaktin. Sedikit pembesaran payudara, peningkatan sensitivitas dan rasa geli mungkin dialami, khususnya oleh primigravida, pada kehamilan minggu keempat. Cairan yang jernih ditemukan pada payudara dalam usia kehamilan empat minggu dan kolostrums dapat diperah keluar pada usia kehamilan 16 minggu. Salah satu petunjuk pada wanita yang menunjukkan bahwa ia hamil ialah rasa kesemutan nyeri pada payudara, yang secara bertahap mengalami pembesaran karena peningkatan pertumbuhan jaringan alveolar dan suplai darah.

Puting susu jadi lebih menonjol dan keras. Area berpigmen di sekitar puting, areola, tumbuh lebih gelap dan kelenjar-kelenjar *montgomery* menonjol keluar. Kelenjar ini terlihat pada usia kehamilan sekitar 12 minggu.

C. Perubahan Psikologis

Kehamilan merupakan episode dramatis terhadap kondisi biologis. Perubahan psikologis dan adaptasi dari seorang wanita, saat terjadinya gangguan, perubahan identitas, dan peran bagi setiap orang ibu bapak, dan anggota keluarga. Perubahan kondisi fisik dan emosional yang kompleks pada ibu hamil, memerlukan adaptasi terhadap penyesuaian pola hidup dengan proses kehamilan yang terjadi, mulai dari reaksi emosional ringan hingga ke tingkat gangguan jiwa yang berat.

Dukungan psikologis dan perhatian akan memberikan dampak terhadap pola kehidupan sosial (keharmonisan, penghargaan, pengorbanan, kasih sayang, dan empati) pada wanita hamil. Pada dasarnya, setiap tahapan trimester mempunyai perubahan psikologis yang berbeda.

1. Trimester Pertama

Biasanya, masa paling berat bagi beban psikis ibu hamil terjadi di trimester pertama, yakni ketika perubahan aktivitas hormonal ibu sedang besar-besarnya. Perubahan inilah yang dapat dengan mudah mempengaruhi stabilitas emosi ibu, selain menyebabkan keluhan mual-muntah, terutama di pagi hari (*morning sickness*) selama dua bulan pertama. Akibatnya, beban psikologis pun semakin bertambah. Makanya, wajar bila di usia kehamilan ini banyak ibu rentan terhadap trauma. Selain itu, ibu hamil pun sering mengalami kecemasan berkaitan dengan penampilan fisiknya, kehamilan kerap dipersepsikan sebagai keadaan yang mengancam. Cukup banyak ibu yang merasa khawatir bahwa kehamilan akan menurunkan daya tariknya dan membuat pasangan melirik pada perempuan lain. Hal inilah yang terkadang menambah beban trauma.

Upaya yang dapat dilakukan oleh ibu hamil untuk menurunkan gangguan psikologis pada trimester pertama antara lain:

1. Carilah informasi seputar kehamilan, perubahan yang terjadi dalam diri ibu dan hal-hal yang perlu dihindari agar tumbuh sehat. Pengetahuan atau informasi yang tepat akan membuat ibu merasa lebih yakin sekaligus dapat mengurangi rasa cemas yang sering muncul karena ketidaktahuan mengenai apa yang terjadi.
2. Bicarakanlah perubahan selama kehamilan dengan suami, sehingga ia juga tahu apa diharapkan selama kehamilan, serta diharapkan dapat berempati dan mampu memberi dukungan psikologis yang dibutuhkan. Galilah perasaan yang dialami pasangan sehubungan dengan kehamilan ini. Carilah titik temu guna mengantisipasi perubahan yang bisa memunculkan masalah.
3. Periksakan kehamilan secara teratur, cari informasi dari dokter atau bidan tepercaya mengenai kehamilan. Jangan lupa, ajaklah suami saat berkonsultasi ke dokter/bidan.
4. Pahami benar pengetahuan mengenai asupan makanan yang sehat bagi perkembangan janin. Hindarilah mengonsumsi bahan yang dapat membahayakan janin seperti makanan yang mengandung zat-zat adiktif, alkohol, rokok, atau obat-obatan yang tidak dianjurkan bagi ibu hamil. Jauhkan juga zat berbahaya seperti gas buang kendaraan yang mengandung timah hitam yang berbahaya bagi perkembangan kecerdasan.
5. Perhatikanlah penampilan fisik dengan menjaga kebersihan, melakukan latihan fisik ringan semisal berenang dan jalan kaki, selain memerhatikan cara berpakaian yang sesuai.

2. Trimester Kedua

Usai trimester pertama, biasanya beban kehamilan telah dapat diantisipasi lebih baik. Selain perubahan hormonal lebih stabil ibu pun telah mulai terbiasa dengan kondisi tubuhnya. Perubahan yang terjadi selama trimester kedua di antaranya: pertambahan berat

badannya makin nyata, sering pegal-pegal, sakit punggung, lelah, kejang otot kaki, pinggang linu, kaki kram, kaki bengkak.

Sementara janin pun telah lebih kuat dari sebelumnya. Namun demikian, ibu tetap perlu berhati-hati mengingat di akhir trimester kedua janin mulai mampu mendengar dan dapat bereaksi terhadap sentuhan dari luar. Dia pun telah dapat merasakan kondisi psikologis orang tuanya, Kondisi ibu yang selalu menyenangkan dapat membuat pertumbuhan janin optimal, Adapun bila tidak mungkin saja ada gangguan yang nantinya dapat berpengaruh pada kondisi psikologis anak setelah lahir.

Upaya yang dapat dilakukan agar ibu hamil terhindar dari stres yaitu:

1. Atasilah kecemasan maupun emosi negatif lainnya, dengan mendengarkan musik lembut, belajar memusatkan perhatian, berzikir, yoga, dan bentuk relaksasi lainnya.
2. Bergabunglah dengan kelompok senam hamil sejak usia kandungan menginjak sekitar 5-6 bulan. Sebaiknya, konsultasikan dahulu dengan dokter kandungan, senam hamil tidak hanya bermanfaat melatih otot-otot yang diperlukan dalam proses persalinan, melainkan juga memberi manfaat psikologis. Pertemuan sesama calon ibu biasanya diisi dengan acara berbagi pengalaman yang dapat dijadikan pelajaran positif, melalui kegiatan itu pula secara perlahan kesiapan psikologis calon ibu dalam menghadapi persalinan menjadi semakin mantap.

3. Trimester Ketiga

Semakin dekat dengan hari kelahiran, biasanya dia merasa semakin takut dan cemas. Merasa penampilannya tidak menarik karena perubahan bentuk fisiknya. Sering mengeluh sakit, pegal, ngilu, dan berbagai rasa tidak nyaman pada tubuhnya, terutama pada punggung dan panggul, karena bayi telah semakin besar dan telah mulai menyiapkan diri untuk lahir, mengeluh sakit.

MASALAH-MASALAH KESEHATAN YANG TERJADI SELAMA MASA KEHAMILAN

A. Hiperemis Gravidarum

Adalah keadaan ibu hamil yang disertai dengan gejala mual dan muntah berlebihan pada kehamilan trimester pertama yang dapat mempengaruhi keadaan ibu dan janin apabila tidak ditangani dengan tepat.

B. Hipertensi pada Kehamilan

Adalah peningkatan tekanan sistolik dan diastoli hingga mencapai atau melebihi 140/90 mmHg. Jika tekanan darah ibu pada trimester pertama diketahui, maka angka ini dipakai sebagai patokan tekanan darah dasar ibu. Dengan demikian, definisi alternatif hipertensi merupakan kenaikan nilai tekanan sistolik sebesar 30 mmHg atau lebih. Gangguan hipertensi pada kehamilan mengacu pada berbagai keadaan, di mana terjadi peningkatan tekanan darah *maternal* disertai risiko yang berhubungan dengan kesehatan ibu dan janin. Awalnya gangguan hipertensi kehamilan disebut toksemia, tetapi istilah ini kurang tepat karena tidak ada gen toksik atau toksin yang dapat ditemukan. Penyakit hipertensi pada kehamilan berperan besar dalam morbiditas dan *maternal* dan perinatal. Hipertensi diperkirakan menjadi komplikasi sekitar 7%-10% kehamilan. Dari sepuluh ibu yang mengalami hipertensi selama hamil, setengah sampai dua pertiganya didiagnosis mengalami pre-eklampsia atau eklampsia (Brown, 1991). Pre-eklampsia-eklampsia dapat mempredisi posisi ibu mengalami komplikasi yang lebih hebat, seperti solusio plasenta, DIC, pendarahan otak, dan gagal ginjal akut. (Consensus Report,1990)

C. Pre-Emplikasi

Merupakan suatu kondisi spesifik kehamilan di mana hipertensi terjadi setelah minggu ke-20 pada wanita yang sebelumnya memiliki tekanan darah normal. Pre-emplikasi merupakan suatu penyakit va-

sospastik, yang melibatkan banyak sistem dan ditandai oleh hemokonsentrasi, hipertensi, dan proteinuria. Diagnosis pre-emplikasi secara tradisional didasarkan adanya hipertensi proteinuria atau edema. Akan tetapi, temuan yang paling penting ialah hipertensi di mana 20% pasien eklamsia tidak mengalami proteinuria yang berarti sebelum serangan kejang pertama. (Wllis, Blanco, 1990)

D. Eklampsi

Adalah penyakit akut dengan kejang dan koma pada wanita hamil dan wanita dalam nifas disertai dengan hipertensi, edema, dan proteinuria.

Insiden eklampsia berkisar antara 0,5%-2% untuk semua kehamilan. Berbagai tanda dan gejala eklampsia, selain kejang, meliputi hipertensi yang ekstrem, hiperefleksia, proteinuria +4, edema umum sampai hipertensi ringan tanpa edema.

Saat terjadinya eklampsia yaitu:

1. Eklampsia antepartum

   Ialah yang terjadi sebelum persalinan. Ini yang paling sering terjadi, kebanyakan terjadi antepartum, jika terjadi post-partum maka timbul dalam 21 jam setelah partus dalam kehamilan ekslampsia terjadi dalam triwulan terakhir dan makin besar kemungkinan mendekati saat cukup bulan.

2. Eklampsia intrapartum
   Ialah eklampsia sewaktu persalinan, keadaan pasien berangsur baik kira-kira dalam 12-24 jam.

   Risiko tinggi eklampsia yang lebih sering terjadi yaitu:

   a. Kehamilan kembar.
   b. *Hydramnion*.
   c. *Mola hydatidosa* ini dapat terjadi sebelum bulan keenam.

3. Abortus

   Adalah suatu proses terhentinya kehamilan dengan umur kehamilan kurang dari 20 minggu dan berat janin belum mencapai 500 gram. Atau pengakhiran kehamilan dengan cara apapun se-

belum janin cukup berkembang biak untuk dapat hidup di luar kandungan. (Cunningham, dkk., 1995)

Abortus dibagi dalam dua jenis yaitu:

a. Abortus spontan adalah abortus yang terjadi secara alamiah tanpa intervensi luar atau buatan untuk mengakhiri kehamilan tersebut.
b. Abortus buatan adalah abortus yang terjadi akibat tertentu yang bertujuan untuk mengakhiri proses kehamilan.

Jenis-jenis abortus:

- Abortus *iImminence*, abortus ini masih ada harapan untuk mempertahankannya.
- Abortus *incipient*, abortus ini telah berlangsung dan tidak dapat dicegah.
- Abortus *incompletus*, sebagian dari buah kehamilan telah dilahirkan tetapi sebagian masih tertinggal dalam rahim.
- Abortus *complentus*, seluruh buah kehamilan telah dilahirkan dengan lengkap pada abortus ini pendarahan segera berkurang setelah isi rahim dikeluarkan.
- *Missed abortion*, keadaan di mana janin telah mati sebelum minggu ke-22, tetapi tertahan dalam rahim selama dua bulan atau lebih setelah janin mati.
- Abortus habitualis, abortus yang telah berulang dan berturut-turut terjadi sekurang-kurangnya tiga kali berturut-turut.

4. *Premature Repture of Membrane* (PRoM)

   Ruptura Membran Amnion yang terjadi jauh sebelum waktunya, lebih tepat disebut dengan istilah *rupture membrane pretem* yang paling sering dipakai untuk menyatakan peristiwa pecahnya ketuban pada sembarang waktu sebelum awal persalinan, tanpa memedulikan berapa lama waktu persalinan.

Rupture membrane preterm diartikan sebagai ketuban yang pecah sebelum kehamilan 38 minggu dan merupakan penyebab morbiditas

serta mortalitas yang penting baik material maupun prenatal yang paling sering terjadi *rupture* tersebut berlangsung spontan dan dengan sebab-sebab yang tidak diketahui.

HAL-HAL YANG DIBUTUHKAN PADA MASA KEHAMILAN

A. Kondisi dan Lingkungan Kehamilan

Pada saat kehamilan, ada empat kondisi penting yang mempengaruhi perkembangan individu selanjutnya. Apa peranan masing-masing kondisi dalam perkembangan individu akan menjelaskan mengapa saat hamil mungkin merupakan periode yang paling penting dalam rentang kehidupan:

- Sifat Bawaan
  Peristiwa penting yang pertama pada saat kehamilan membentuk sifat bawaan individu yang baru diciptakan. Penentuan sifat bawaan mempengaruhi perkembangan selanjutnya.
- Jenis Kelamin
  Penentuan jenis kelamin (*sex*) individu merupakan unsur penting yang terjadi pada saat pembuahan. Jenis kelamin bergantung pada spermatozo yang menyatu dengan ovum.
- Jumlah Anak
  Peristiwa penting ketiga pada saat kehamilan atau segera sesudahnya kejadian adalah menentukan anak akan lahir.
- Posisi Urutan Anak
  Hal keempat yang terjadi pada masa kehamilan ialah penentuan posisi urutan anak yang baru terbentuk antara saudara-saudaranya. Meskipun hal ini berubah dalam setahun atau dua tahun setelah lahir, posisi urutan anak tetap sama sejak masa kehamilan.

B. Sikap Orang-orang yang Berarti

1. Sumber Timbulnya Sikap

Sikap terhadap anak-anak dan peran orang tua biasanya terbentuk pada awal kehidupan, meskipun baru terwujud pada saat individu

mengetahui bahwa ia akan segera menjadi orang tua.

Banyak faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap terhadap anak. *Pertama*, pengalaman awal masa muda dengan anak-anak menentukan bagaimana perasaan mereka tentang anak-anak pada umumnya dan tentang peran mereka di masa mendatang sebagai orang tua.

Kedua, pengalaman dengan teman-teman, baik di masa lalu maupun sekarang, mewarnai sikap individu.

Ketiga, orang tua atau nenek yang mencintai anak-anak yang menaruh belas kasihan kepada orang-orang yang tidak mempunyai anak, dapat menimbulkan sikap yang menyenangkan terhadap anak-anak.

Keempat, sikap terhadap jenis kelamin dari anak yang belum dilahirkan dapat dipengaruhi oleh gagasan-gagasan stereotip, misalnya bahwa anak laki-laki sulit diatur.

Kelima, media masa cenderung mengagungkan kehidupan keluarga dan peran orang tua.

2. Kondisi yang Mempengaruhi Sikap

Banyak sikap yang mempengaruhi sikap orang tua, saudara-saudara kandung, nenek terhadap seorang anak, baik yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan.

3. Mapannya Sikap

Senang, tidak senang, prasangka dan sikap, sekali terbentuk cenderung mapan, meskipun mungkin saja terjadi perubahan-perubahan kecil. Perubahan yang terjadi biasanya hanyalah dalam bentuk modifikasi dari sikap yang ada. Sikap ini dapat menjadi kurang menyenangkan atau lebih menyenangkan dibandingkan dengan sikap yang asli.

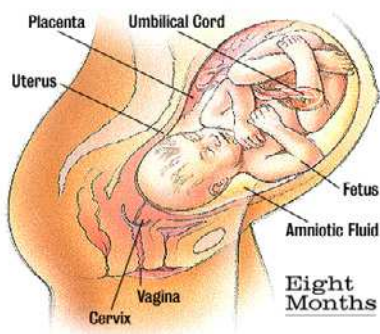
4. Efek Sikap pada Anak-anak

Sikap ibu dapat mempengaruhi bayinya yang belum dilahirkan, bukan melalui tali pusar yang merupakan satu-satunya penghubung langsung antara keduanya, melainkan akibat dari adanya perubahan endokrin yang dapat dan memang terjadi apabila calon ibu menderita tekanan yang berat dan dalam waktu yang lama biasanya mengiringi sikap yang kurang menyenangkan.

5. Efek Sikap dan Hubungan Keluarga

Sikap anggota keluarga yang pada umumnya telah terbentuk sebelum anak dilahirkan mempunyai efek yang besar tidak hanya pada anak tetapi juga pada hubungan keluarga. Perbedaan perasaan dari masing-masing anggota keluarga terhadap dirinya dan hal ini mempengaruhi sikapnya terhadap anggota keluarga dan kepada dirinya sendiri.

C. Tips Sehat Masa Kehamilan

Menjaga kehamilan agar bayi sehat selama di kandungan tidaklah mudah.

Inilah awal untuk memiliki anak yang sehat. Dan masa kehamilan ini sangatlah menentukan pertumbuhan dan perkembangan si kecil nantinya.

Berikut ini ada tips yang sangat dianjurkan bagi ibu hamil dalam masa pertumbuhan bayi dalam kandungan:

1. Kontrol teratur ke dokter untuk memeriksakan kehamilan. Bulan-bulan terakhir kehamilan, kontrol harus dilakukan lebih sering lagi. Bila Anda mempunyai keluhan atau mempunyai kekhawatiran apapun terhadap kehamilan yang Anda alami, periksakanlah ke dokter, walaupun ini belum saatnya Anda harus kontrol kembali.

2. Hindari bahan atau zat-zat kimia yang menimbulkan keracunan seperti insektisida, cat, bahan-bahan yang mengandung merkuri (air raksa), atau timah hitam.
3. Berhenti merokok bila Anda merokok atau janganlah menjadi perokok pasif, karena Anda sering menghirup asap rokok dari orang sekitarnya, misalnya dari suami Anda. Asap rokok akan membuat si kecil lahir dengan berat badan yang kurang, kematian si kecil dalam kandungan, atau si kecil mudah jatuh sakit atau lambat dalam mempelajari sesuatu nantinya, dapat juga menyebabkan Anda mengalami keguguran.
4. Minumlah yang lebih banyak, terutama air putih. Cairan yang masuk berguna untuk membantu peningkatan volume darah yang terjadi selama kehamilan. Minumlah sedikitnya 6-8 gelas sehari, dapat berupa jus buah, susu, atau air putih biasa. Cara mudah untuk melihat kecukupan cairan dalam tubuh ialah dengan melihat warna air seni. Bila air seni, jernih seperti air putih atau hanya sedikit kuning, itu menunjukkan Anda cukup mengonsumsi cairan.
5. Konsumsi makanan yang bergizi, untuk memenuhi kecukupan gizi untuk ibu dan si kecil dalam kandungan. Makanan harus memenuhi lima kelompok makanan utama: nasi atau sumber karbohidrat lainnya, daging dan protein lainnya, sayuran, buah-buahan dan susu. Kurangi makanan berlemak dan perbanyak makanan berserat
6. Konsumsi vitamin asam folat 400 mikrogram per hari, sebelum kehamilan hingga beberapa bulan pertama dalam kehamilan. Hal ini berguna untuk mencegah cacat tabung saraf dan tulang belakang pada si kecil. Asam folat ini juga penting diperoleh dari makanan yang mengandung asam folat seperti pada sereal, beras merah, jeruk, sayuran hijau, kacang-kacangan, dan brokoli.
7. Konsumsi juga tablet penambah darah, yaitu tablet yang mengandung zat besi sebanyak 30 miligram sehari selama masa kehamilan, atau sesuai yang dianjurkan oleh dokter. Zat besi ini berguna untuk mencegah terjadinya anemia pada saat kehamilan.

D. Nutrisi Ibu Hamil

Adapun gizi nutrisi penting bagi ibu hamil yang perlu diperhatikan, antara lain:

a) Karbohidrat dan lemak sebagai sumber zat tenaga untuk menghasilkan kalori. Sumber: sereal, umbi, dan nasi.

b) Protein sebagai sumber zat pembangun. Sumber: daging, ikan, telur, dan kacang-kacangan.

c) Mineral sebagai zat pengatur. Sumber: buah dan sayur.

d) Vitamin A penting untuk mata, tulang, kulit, dan rambut. Sumber: susu, keju, mentega, buah-buahan dan sayur-sayuran berwarna kuning dan hijau tua. Jumlah vitamin A yang dianjurkan untuk ibu hamil sebanyak 500 mg /hari.

e) Vitamin B kompleks untuk menjaga sistem saraf, otot dan jantung agar berfungsi secara normal. Sumber: sereal, biji-bijian, kacang-kacangan, sayuran hijau, ragi, telur, dan pruduk susu.

f) Vitamin C penting untuk mencegah sariawan. Sumber: buah-buah yang asam dan sayur-sayuran berwarna hijau.

g) Vitamin D berguna untuk pertumbuhan dan pembentukan tulang bayi Anda. Sumbernya: minyak hati ikan.

h) Vitamin E berguna bagi pembentukan sel darah merah yang sehat. Sumber: gandum, kacang-kacangan, minyak sayur, sayuran hijau.

i) Asam folat penting untuk perkembangan sistem saraf dan sel darah. Sumber: serealia, kacang-kacangan, wortel, jamur, kuning telur, dan sayuran hijau. Sumber: jeruk, pisang, dan tomat.

E. Suami Siaga

Upaya yang cepat dilakukan suami siaga agar ibu hamil terhindar dari stres menjelang kelahiran:

- Bantu pasangan untuk mengatasi rasa cemas dan takut dalam menghadapi proses persalinan. Misalnya, dengan mengalihkan

perhatiaannya dengan cara mengajaknya berbelanja keperluan si kecil.

- Pujilah kalau dia tetap cantik dan menarik. Berbagai perubahan fisik tidak sedikit pun mengurangi kadar cinta Anda padanya.
- Bantulah meringankan berbagai keluhan. Misalnya, dengan memijat pegal-pegal di belakang tubuhnya.
- Bersiaplah untuk membantu dan menemaninya saat si ibu sulit tidur.
- Tetap menunjukkan kalau Anda mengerti dan memahami benar perubahan emosi yang cepat serta perasaan lebih peka yang dialaminya, sebab ini wajar dan alami terjadi pada ibu hamil.
- Dampingi dan antarlah selalu pasangan setiap kali berkunjung ke dokter kandungan untuk memeriksakan kandungannya.
- Dampingi dan berpartisipasilah secara aktif di kelas senam hamil (senam Lamaze) bersamanya.

Hal-hal yang dilakukan suami siaga saat istri hamil:

1. Pahamilah Perubahannya.

   Kasih sayang suami yang besar, dengan niat untuk memahami dan melayani istri, sebagai bentuk tanggung jawab terhadap perjanjian bersama kepada Allah SWT akan banyak membantu suami menyesuaikan diri terhadap kehamilan istri. Suami juga perlu mempersiapkan diri untuk menghadapi perubahan selera istri. Anda harus menyesuaikan selera istri dengan menghargai masakannya dan tidak mencela.

2. Berilah Perhatian

   Istri membutuhkan perhatian dari suami sebagai orang yang dicintainya. Ia juga butuh perasaan dicintai oleh orang yang dicintainya, lebih-lebih ketika ia mengalami berbagai perubahan saat pertama kali ia hamil. Seorang suami perlu memberikan perhatian pada istrinya dengan tulus. Perhatian dan kasih sayang selain memenuhi kebutuhan fisik dan psikis yang primer juga dapat diwujudkan dengan tindakan-tindakan kecil. Misalnya,

mengucapkan salam atau memberi kecupan. Perhatian suami yang tulus dapat menenteramkan istri saat keinginannya mencari buah yang sedang tidak musim tidak terpenuhi. Melalui perhatian yang tulus, bersih, dan sungguh-sungguh suami lebih mudah menyampaikan pengertian, ketika istri sedang ngidam. Berikan dorongan pada istri. Ini akan banyak memberi arti bagi istri dalam beradaptasi dengan kehamilannya. Suami juga harus dapat menjadi teman bicara dan pendengar yang baik, karena disaat hamil seperti ini istri butuh teman bicara yang mau mendengar tentang ungkapan perasaannya, tentang dirinya, bayinya, dan masa depan bersama. Sikap yang perlu Anda tumbuhkan ialah empati terhadap kehamilan istri Anda. Berusahalah untuk memahami apa yang dirasakan istri, sebagaimana ia merasakannya. Istri mengharapkan agar Anda mengerti bahwa hamil ini berat. Bahwa kecemasan menghinggapi dirinya dan tak mudah menghilangkannya dengan kata sabar. Genggamlah tangannya saat ia berbicara dan dengarlah secara penuh apa saja keluhannya.

3. Membantu dan Melayani Istri

   Hamil memberi beban berat pada istri. Perutnya membesar sehingga keseimbangan badan berubah dan sulit mencari posisi tidur yang nyaman. Ditambah lagi beban kerja ginjal yang meningkat, frekuensi kencing bertambah, mual-mual, sampai tegangan yang tidak mengenakkan pada farji dan perut. Semua beban itu dialami sendiri oleh istri. Padahal, bayi yang ada dalam kandungannya merupakan anak Anda berdua. Karena ini sudah sepatutnya sebagai suami Anda berusaha meringankan beban istri. Meringankan beban istri, dapat dengan melakukan pekerjaan sehari-hari yang sederhana, mencuci pakaian atau menyapu halaman, misalnya. Istri sering kali tidak menuntut suaminya untuk mengambil alih semua pekerjaan rumah tangga. Ia lebih membutuhkan ketulusan dan kesungguhan Anda dalam membantu meringankan bebannya. Selain itu, Anda juga dapat melayani istri misalnya dengan memijatnya saat ia sedang mual-mual

atau menyediakan dan menemaninya makan saat ia sedang kehilangan selera makan. Terakhir, berterima kasihlah pada istri Anda. Selama sembilan bulan sepuluh hari hampir dapat dipastikan istri tetap berusaha melakukan berbagai pekerjaan rumah tangga, meskipun ia cukup terbebani dengan kehamilannya. Dengan semangat pengabdian, pengorbanan, kasih sayang dan cintanya, istri tidak menuntut apapun, kecuali perhatian dan kasih sayang Anda. Karena inilah telah sepantasnya bila Anda berterima kasih kepadanya, meski ia tidak memintanya. Anda dapat mengungkapkan terima kasih ini dalam berbagai bentuk, tetapi ungkapan dengan kata-kata jangan diabaikan. Istri akan merasakan kebahagiaan yang menyentuh bila Anda dapat mengucapkan terima kasih dengan betul-betul tulus dan spontan. Nah, inilah beberapa hal yang harus Anda lakukan saat istri Anda hamil. Jangan sampai kehamilan istri justru membuat Anda sering uring-uringan, sehingga menambah beban istri. Ingat jika istri Anda stres dan terlalu banyak beban pikiran, ini juga dapat berpengaruh buruk terhadap bayi yang ia kandung.

KESIMPULAN

Masa perkembangan kandungan ibu terjadi selama 40 minggu antara waktu menstruasi terakhir dan kelahiran (38 minggu dari pembuahan). Proses perkembangan janin terbagi menjadi beberapa tahap yaitu: tahap pre-embrionik, masa embrionik, tahap fetus, dan tahap ovulasi.

Di dalam rahim, janin mengalami masa perubahan yang akhirnya dapat terbentuk calon bayi yang sempurna, perubahan yang terjadi selama masa kandungan antara lain, dari masa pembuahan, sampai pada pembentukan organ-organ tubuh lainnya hingga sang bayi dapat mampu bertahan hidup di luar.

Pada masa kehamilan, beberapa perubahan yang dialami sang ibu hamil ialah pembesaran payudara, sering buang air kecil, konstipasi, mual, muntah, merasa lelah, sakit kepala, pusing, kram perut, emosional, dan peningkatan berat badan.

SARAN

Masa kehamilan adalah suatu masa yang sangat ditunggu oleh para calon ibu. Karena itu menjaga kesehatan saat hamil sangatlah penting bagi kesehatan dan perkembangan janin Anda. Hentikan semua aktifitas atau kegiatan yang dapat membahayakan kondisi bayi Anda, jangan melakukan hal-hal yang dapat membahayakan kesehatan Anda karena nantinya hal ini dapat berpengaruh pada janin Anda juga.

Seorang suami juga harus selalu mendampingi istri yang sedang hamil, berilah perhatian yang lebih dan jadilah suami yang penuh dengan rasa tanggung jawab.

BAB 5

PERKEMBANGAN MASA BAYI

PENGERTIAN MASA BAYI

Masa bayi dianggap sebagai masa dasar, karena merupakan dasar periode kehidupan yang sesungguhnya karena pada saat ini banyak pola perilaku, sikap, dan pola ekspresi emosi terbentuk. Masa bayi berlangsung dua tahun pertama setelah periode bayi baru lahir.

Masa bayi disebut juga:

a. Masa dasar yang sesungguhnya.
b. Masa di mana perubahan dan perubahan Berjalan pesat.
c. Masa berkurangnya ketergantungan.
d. Masa meningkatnya individulitas.
e. Masa permulaan berkembangnya penggolongan peran seks.
f. Masa yang menarik.
g. Masa permulaan kreativitas.
h. Masa berbahaya.

ASPEK-ASPEK YANG BERKEMBANG PADA MASA BAYI

A. Fisik

Pada masa bayi, perkembangan fisik secara jelas dapat diamati, pada enam bulan pertumbuhannya terus bertambah dengan pesat. Tahun pertama peningkatan lebih kepada berat dan tinggi. Selama

tahun kedua terjadi penurunan. Selain itu, yang berkembang ialah proporsi, tulang, otot dan lemak, bangun tubuh, gigi, susunan saraf, dan organ perasa.

B. Psikologis

Secara psikologis, pada masa bayi terjadi pembentukan pola-pola fundamentalis dan kebiasaan mengenali wajah orang-orang yang berarti bagi dirinya. Mulai merasakan sentuhan '*touching*' oleh orang-orang tertentu. Menurut Piaget, anak hingga umur ± 2 tahun belum tampak adanya mediasi dalam arti 'aktivitas pikir yang intern'. Semua tingkah laku anak harus dipikir sebagai hal yang diterima secara sensori dan suatu reaksi yang motorik saja. Oleh karena itu, Piaget membedakan dua tahap perkembangan inteligensi pada manusia yaitu sensori motor (sejak lahir sampai dua tahun) dan tahap konseptual (usia dua tahun sampai dewasa).

C. Motorik

Perkembangan masa bayi pada aspek motorik ini dapat diamati dan terlihat reaksi-reaksi spontan yang berulang dilakukan dan tidak dikoordinasi. Namun lama-kelamaan terjadi secara efektif. Hal

ini terlihat pada merangkak, berjalan, dan memainkan benda-benda. Perkembangan motorik terlihat adanya arah.

D. Perkembangan Bicara

Sebelum mampu berbicara, bayi lebih dahulu dapat mengerti apa yang dikatakan tanpa dapat bereaksi dengan kata hanya dengan ekspresi dan gerakan. Oleh karena itu, mimik dan ekspresi bayi juga dapat dimengerti setelah usia tiga bulan. Menurut Terman dan Merril, rata-rata bayi dapat bereaksi terhadap perintah-perintah pada usia kurang lebih dua tahun. Rata-rata bayi belajar menyampaikan kebutuhan-kebutuhan dan keinginan pada usia tahun-tahun pertama yang disebut dengan komunikasi prabicara. Bentuk-bentuk prabicara ini antara lain: menangis, berceloteh, isyarat, dan ungkapan-ungkapan emosi.

E. Perkembangan Emosi

Pada bayi terdapat pola emosi tertentu yang bersifat umum seperti kemarahan (menjerit, meronta, menendang, mengibaskan tangan, memukul), ketakutan (takut terhadap ruang gelap, tempat tinggi, dan binatang), rasa ingin tahu tentang mainan baru, menju-

lurkan lidah, membuka mulut, memegang, melempar, membolak-balik), kegembiraan (tersenyum, tertawa, menggerakkan lengan serta kakinya), afeksi (memeluk mainan kesayangannya, mencium barang-barang kesayangannya).

F. Perkembangan Kognitif

Perkembangan konsep merupakan hasil asosiasi dari arti dengan benda dan orang-orang. Piaget menamakan tahap perkembangan ini tahap "sensomotorik" dalam perkembangan konsep. Pada akhir masa perkembangan ini bayi mulai menyusun kata-kata menjadi kalimat sederhana yang dimulai dengan "siapa" "apa" dan "di mana".

G. Perkembangan Moral

Bayi belum memiliki nilai dan suara hati. Lambat laun bayi mempelajari kode moral dari orang tuanya dan orang-orang yang dekat dengannya. Bayi menilai benar atau salah suatu perbuatan berdasarkan kesakitan atau kesenangan yang dirasakannya.

MASALAH-MASALAH DALAM PERIODE BAYI

Masalah-masalah yang dapat membahayakan secara fisik dan yang perlu menjadi perhatian orang tua dan lingkungannya ialah: kematian, penyakit, kecelakaan, kurang gizi, menjadi gemuk.

Masalah-masalah yang berhubungan dengan psikologis perkembangan motorik: bahaya dalam berbicara dan emosi (kurangnya kasih sayang, tekanan serta takut dan marah, kasih sayang yang berlebihan serta emosi yang kuat) dan bahaya sosial serta bahaya bermain, pengertian, moralitas, hubungan keluarga, dan perkembangan kepribadian.

PERAN LINGKUNGAN TERHADAP PERKEMBANGAN BAYI

Seorang bayi dilahirkan dalam keadaan tidak berdaya, belum dapat makan, baru punya refleks mengisap dan menelan. Sebagaimana terlihat pada aspek-aspek perkembangan, tampak bahwa peranan lingkungan sangat penting.

Keluarga adalah lingkungan yang pertama dan utama yang diharapkan dapat:

1. Memberikan rangsangan agar sensomotoriknya dapat bereaksi.
2. Memerhatikan kesehatan dan gizi karena bayi belum dapat menolong diri sendiri.
3. Menciptakan lingkungan yang kondusif untuk berkembangnya kemampuan berbicara.
4. Memberikan model tentang konsep moral dan nilai yang benar dan salah.
5. Memberikan pujian atas kemajuan yang mereka capai.
6. Memberikan kebiasaan bermain yang konstruktif.

PERSEPSI PADA MASA BAYI

Kapasitas sensori dari seorang bayi yang sangat muda, selalu menjadi pertanyaan yang tak ada habisnya untuk para psikolog. Apakah seorang bayi yang baru lahir dapat merasakan sesuatu? Bagaimana awalnya ketika dia mulai menginterpretasikan stimuli di sekelilingnya? Atau seberapa aktif dirinya dalam proses bermain? Untuk itu dapatkah lingkungan mempengaruhi atau memperbaiki pengembangan perceptual? Ini hanyalah sedikit dari segelintir pertanyaan para psikolog pada masa perkembangan para bayi.

Para psikolog membuat perbedaan yang penting antara sensasi dan persepsi, sensasi dapat diartikan suatu proses masuknya informasi tentang lingkungan yang diambil oleh *sensor reseptor* lalu ditransfer ke otak. Adapun persepsi adalah suatu hal yang menunjuk kepada interpretasi oleh otak dalam hal ini dibantu oleh sensor input. Menurut Gibson dan Spelke (1983, p.2), *Persepsi adalah permulaan dari pengetahuan dan persepsi menjadi bagian yang penting dalam hal itu*.

Sebagai orang dewasa kita, sudah pasti dapat membedakan suara burung bernyanyi atau suara daun pada pohon yang berdesir, namun lain halnya pada bayi. Dengan pengalaman terbatas mereka, pasti sulit memahami suara yang berbeda, kemungkinan variasi stimuli sel mereka masih sulit merespon atau mendeteksi rangsang yang berbe-

da-beda. Oleh karena itu, pertanyaan besar para psikolog: *Bagaimana si bayi dapat mendeteksi rangsang tersebut, dari pembawaan ataukah keahlian tersebut diperoleh melalui pengalaman atau pembelajaran*.

A. Periode Krisis dalam Pengembangan Teropong Dwikanta

Pengembangan pandangan teropong Dwikanta terjadi pada suatu periode krisis sekitar tiga atau empat tahun pada bayi. Banyak sel yang berkenaan dengan selaput visual yang menjawab secara binokular. Stimulus visual ditunjukkan untuk mata mana pun.

B. Kedalaman Persepsi dan Efek Pergerakan

Pandangan teropong Dwikanta sangat bermanfaat untuk mendalami persepsi. Studi bayi manusia yang terbatas dalam aktivitas pada awal tahun hidup belum menemukan definisi untuk mendalami persepsi. Perbedaan budaya sangat sulit untuk menginterpretasikannya. Karena kumpulan faktor yang salah satunya ialah hal keturunan. Pengalaman budaya akan mempengaruhi pengembangan visual.

C. Persepsi Menyangkut Wajah Manusia

Fantz (1961), menulis *Degree of* pilihan yang riil yaitu konsistensi antar bayi. Eksperimennya menyatakan bahwa ada suatu maksud yang primitif yang tak terpelajari dalam persepsi bayi.

D. Spesial Persepsi, Kesetiaan Ukuran dan Konsep Objek

Pada usia tiga sampai enam bulan, bayi sepertinya mengembangkan penyajian mental atau bagan stimuli visual seperti muka atau pola teladan. Pada usia 20, hari bayi menunjukkan pergerakan seperti menjatuhkan tangannya, menggerakkan kepala, dan membuka mata dengan sangat lebar.

E. Persepsi tentang indra pendengar

Di sini akan dilihat bahwa bayi menjawab dan menangkap bunyi atau suara. Karena sejak dini, stimuli tentang indra pendengar sangat penting kedua-duanya untuk pengembangan bahasa. Hal seper-

ti ini menyatakan bahwa bayi dapat membedakan ibu mereka dengan orang asing, mereka dapat melakukan secara visual.

F. Intersensori Persepsi

Yaitu koordinasi informasi dari sesuatu yang berbeda yang dilakukan berhubungan dengan perasaan. Ketika orang dewasa dapat mengenali suatu objek dengan sentuhan yang sebelumnya hanya mengenal secara visual, kemampuan ini disebut salib-persepsi berhubungan dengan perasaan. Kesimpulannya akan menghasilkan perbedaan informasi.

G. Pengaruh Lingkungan

Kita mengetahui dari berbagai sumber bahwa pengaruh manipulasi lingkungan memperbesar visual manusia. Secara alami, manusia telah mengalami pengembangan lingkungan visual yang berbeda, baik melalui penyakit atau perbedaan budaya.

Jean Piaget terlahir di Neuchatel, Switzerland (1896–1980). Sejak kecil ia menunjukkan minat yang besar terhadap keadaan lingkungan disekitarnya. Ia menerbitkan artikel pertamanya yang berisi uraian mengenai pengamatannya terhadap perbedaan warna kulit, yang dianggapnya tidak biasa.

Ia pernah bekerja di sebuah klinik psikiatris Bleuler di Zurich yang membuatnya tertarik pada psikoanalisis yang kemudian membawanya untuk belajar di Universitas Sorbonne, Paris 1919 untuk belajar ilmu jiwa klinik. Di Paris, ia bekerja di laboratorium Binet bersama Theodore Simons.

Binet merupakan seorang psikolog Perancis yang memelopori studi dari pemikiran anak-anak yang kemudian diikuti oleh Piaget ketika ia meninggalkan laboratorium Binet untuk memulai program riset miliknya.

Disiplin dari psikologi tampaknya membawa Piaget memanfaatkan untuk memadukan antara filsafat dasar dan biologi. Dari sana, Piaget mengembangkan pendekatan ilmiah menuju pemahaman dari ilmu pengetahuan. Meskipun ia tidak serta-merta menggunakan

metode kuantitatif dari Perancis, namun pekerjaannya benar-benar kental akan pengaruh dari Binet. Ia mengintegrasi dari pekerjaan psikiatri yang didapatkannya dari klinik Bleuler, yakni tanya jawab dan strategi penelitian yang ia telah pelajari dari Binet. Dari peleburan tersebut muncul wawancara yang klinis mengenai suatu teknik wawancara terbuka untuk menimbulkan proses berpikir anak. Mereka mempelajari seni dari pengajuan pertanyaan yang tepat dan menguji kebenaran dari apa yang anak-anak katakana.

Hidup Piaget diabadikan untuk mekanisme dari sebuah adaptasi biologi dan analisis dari pikiran logis. Ia telah menulis lebih dari 50 buku, beratus-ratus artikel, meninjau ulang dari gagasan awal dalam kehidupannya kemudian. Pada latihannya, teori Piaget mempunyai kaitan dengan manusia yang harus menemukan dan memahami pengetahuan lebih dalam. Ia secara konsisten membangun dan merekonstruksi sistem teoretisnya.

Teori Piaget telah ditekuni sepanjang masa jayanya. Meski pada awalnya berkembang dengan lambat di United Kingdom dan Amerika Serikat, tetapi tahun 1950 dan 1960 ambisinya menguasai kerangka dominan. Pada 1975 dan 1980 telah terlihat evaluasi yang lebih kritis. Tak seorang pun menyangkal ketinggian prestasi Piaget, meski dalam pekerjaannya terdapat beberapa keberatan dalam metode praktiknya.

Ada empat buah tahap perkembangan kognitif Piaget:

1. Tahap Sensori (*Sensory Motor Stage*)

   Pada tahap ini, anak (usia ± 2 tahun) mengkonstruksikan pemahaman mengenai dunia dengan mengoordinasikan pengalaman sensoris mereka dengan tindakan fisik, motorik karena itu disebut sensori motorik. Pada tahapan ini anak hanya mempunyai pola refleks untuk bertindak. Di mana pada anak usia sekitar dua tahun, telah mempunyai pola motorik yang kompleks dan mulai beroperasi dengan simbol-simbol sederhana.

2. Tahap Pra-Operasinal (*Pre-Operational Stage*)

   Pada tahap ini, anak-anak usia ± 2-7 tahun mulai mempresenta-

sikan ulang dunia dengan kata-kata, cerita dan gambar. Pemikiran identik sudah lebih dari sekadar hubungan sederhana antara informasi sensoris dan aktivitas fisik. Tetapi, menurut Piaget mereka masih kurang mempunyai kemampuan untuk melakukan operasi dalam istilah teori Piaget, di mana aktivitas mental internal yang memungkinkan anak mengerjakan secara mental apa yang sebelumnya mereka lakukan secara fisik.

3. Tahap Operasinal Konkret (*Concrete Operational Stage*)

   Pada tahap ini, anak usia ± 7–11 tahun dapat melakukan operasi dan penalaran logis, menggantikan pemikiran intuitif, sepanjang penalaran dapat diaplikasikan pada contoh khusus atau konkrit. Pemikir pada tahap operasional konkrit tidak dapat membayangkan langkah-langkah yang diperlukan karena masih terlalu abstrak pada tahap perkembangan ini.

4. Tahap Operasional Formal (*Formal Operational Stage*)

   Pada tahap ini, individu usia antara ± 11–15 tahun bertindak melebihi dunia pengalaman yang aktual dan nyata dalam berpikir lebih abstrak dan logis. Sebagai bagian dari kemampuan untuk berpikir lebih abstrak, mengembangkan cerita yang ideal, mulai berpikir mengenai masa depan ataupun apa yang akan mereka capai. Bersifat lebih sistematis, mengembangkan hipotesis tentang mengapa situasi terjadi dan mengujinya.

H. Pemikiran

Tidak ada garis yang jelas antara keempat tahapan utama perkembangan kognitif formal. Karena pada setiap tahapan berkaitan dengan usia dan mengandung cara berpikir yang berbeda satu sama lain dalam menggunakan kuantitatif data yang sangat relatif.

I. Bahasa

Komunikasi merupakan sistem yang ada di setiap spesies, baik manusia maupun hewan. Dan mengenai sistem komunikasi jarak jauh yang fleksibel ialah bahasa manusia. Aspek yang mendukung perkembangan bahasa.

Berikut ini empat kompetisi/kemampuan yang harus dimiliki seorang anak:

- Peranan suara (*phonology*)

  Phonology berhubungan dengan pengucapan intonasi, contoh dalam percakapan atau penggunaan bahasa Inggris oleh orang Jepang yang tidak membedakan antara huruf L dan R.
- Tata bahasa (*syntax*)

  Syntax berhubungan dengan penggabungan kata dalam penggunaan kalimat untuk membuat kalimat bertata bahasa.

  Contoh: "Ana Cup" untuk mengatakan, bahwa Ana diminta mem bawakan sebuah cangkir di atas meja.
- Arti kata (semantik)

  Semantik berhubungan dengan arti kata yang digunakan.

  Contoh: "Dog" dalam bahasa Inggris dan "Chien" dalam bahasa Perancis.
- Pengetahuan konteks sosial (*pragmatic*)

  Pragmatik yaitu pengetahuan bagaimana bahasa dengan menggunakan konteks yang berbeda sesuai dengan situasi dan kondisi social si pembicara.

J. Rangkaian dalam Perkembangan Bahasa

Persamaan dalam seluruh kehidupan bermasyarakat manusia dalam rangkaian perkembangan bahasa di mana anak akan mengalami peningkatan positif melalui peranan suara/bunyi (*phonology*) penggunaan kata (*syntax*), arti dari kata itu sendiri (semantik), dan belajar untuk memadukan kata mereka (pragmatik) contoh: Seorang anak yang berbicara dengan menggunakan *pidgin*, dialek dari bahasa Jepang, Inggris, ataupun Perancis. Mereka akan membentuk bahasa dengan strategi dan aturan. Kita dapat melihat sejak saat bayi baru lahir untuk melihat proses kompleks perolehan bahasa dimulai.

1. Di Tahun Pertama

- Menangis, mengeluh, marah (satu bulan).
- Pada masa ini orang tua sulit mengartikan antara tangisan karena lapar dan sakit.

2. Cara Membedakan Tangisan Bayi

- Bayi lapar: biasanya diawali dengan sikap diam yang kemudian disusul dengan tangisan yang mengeras dan lebih beritme.
- Tangisan marah: sama seperti ciri-ciri sebelumnya.
- Tangisan sakit: biasanya secara tiba-tiba dan bervolume besar, berlangsung lama diikuti diam yang berlangsung lama serta terengah-engah.

Pada umur satu bulan, bayi baru bisa berkata/mengeluarkan suara.

Kaye (1984, P.66) mengatakan bahwa, ini merupakan periode "*Shared rhythms and regulations*" yaitu di mana para orang tua membangun dialog, memperkenalkan komunikasi dengan karakteristik dunia orang dewasa dalam ritme hubungan biologis mereka.

Di umur enam sampai sembilan bulan. Bayi telah mampu mengenal/mengucapkan beberapa vokal dan beberapa konsonan serta membuat *echolia*, atau frekuensi perulangan kata, misal "papa papapa" atau "mamama".

Orang tua harus banyak berusaha keras untuk menerka/mengartikan maksud perilaku dan suara bayi, kenyataannya orang tua sering kali susah mengartikan hal tersebut yang mengakibatkan sulitnya proses mengintegrasikan si anak dalam sistem sosial mereka. Pada masa ini, bahasa yang digunakan oleh bayi belum dapat mewakilkan dirinya untuk menyatakan maksud yang sebenarnya.

3. First Word/Kata Pertama

Pada masa ini, kita akan terkecoh dengan perkataan pertama (*first word*) dari si bayi. Meskipun kata-kata ini dapat dianggap sebagai kata jika anak menggunakan kata-kata tersebut dengan kon-

sisten untuk menunjuk atau mengungkapkan objek dalam suatu situasi.

Ujaran pertama berfungsi untuk memberikan nama, sebutkan namai objek di sekitar anak. Ini akan berlangsung tiga sampai empat bulan setelah "*first word*" dan sebelum peningkatan pendapatan kosakata yang lebih banyak.

4. Kalimat

Pada umur 18 bulan, bayi mulai dapat membentuk dan mengombinasikan kata-kata ke dalam kalimat. Ujaran di mana kata-kata ini mempunyai arti yang singkat anak mempunyai sebuah karakteristik cara untuk menanyakan lebih banyak informasi dari segala yang mereka ingin ketahui.

5. Dari Dua sampai Tiga Tahun

Pada usia ini, anak secara teratur memproduksi tiga sampai empat kata ujaran. Setelah itu, anak akan mengalami perkembangan yang signifikan dalam aturan gramatikal khusus penggunaan proposisi dan kata kerja yang tidak beraturan dan anak telah dapat mengurutkan kalimat.

BAB 6

PERKEMBANGAN MASA AWAL ANAK-ANAK

Perkembangan masa awal anak-anak merupakan hal yang menarik untuk dipelajari. Perkembangan awal anak-anak dibagi atas empat macam perkembangan, perkembangan fisik, kognitif, emosi, dan psikososial.

Perkembangan fisik yang terjadi berawal dari perubahan tinggi dan berat yang bertambah, perubahan otak terjadi karena pertambahan saraf-saraf otak, perkembangan motorik, perkembangan kemampuan anak yang terjadi dari anak mulai dapat berjalan sampai berlari tanpa jatuh, dan kemampuan anak dari membuat lingkaran hingga menyusun kotak-kotak dengan kompleks.

Perkembangan kognitif merupakan perkembangan memori atau cara berpikir anak dan kemampuan anak dalam merespon. Perkembangan kognitif sangat berpengaruh terhadap proses berpikir anak dan penyikapan anak terhadap suatu hal.

Perkembangan emosi merupakan suatu keadaan perasaan yang kompleks yang disertai karakteristik kegiatan belajar dan motoris.

Perkembangan psikososial merupakan kemampuan untuk beradaptasi terhadap orang lain. Perkembangan ini sangat berpengaruh terhadap cara anak bersosialisasi terhadap lingkungan sekitarnya.

PERKEMBANGAN FISIK

Perkembangan fisik adalah perkembangan-perkembangan di mana keterampilan motorik kasar dan motorik halus sangat berkembang pesat.

A. Tinggi dan Berat

Anak-anak dengan usia sebaya dapat memperlihatkan tinggi tubuh yang sangat berbeda, tetapi pola pertumbuhan tinggi tubuh mereka tetap mengikuti aturan yang sama. Selama masa anak-anak awal, tinggi rata-rata anak bertumbuh 2,5 inci dan berat bertambah antara 2,5-3,5 kg setiap tahunnya. Pada usia tiga tahun, tinggi anak sekitar 38 inci dan beratnya sekitar 16,5 kg. Pada usia lima tahun, tinggi anak mencapai 43,6 inci dan beratnya 21,5 kg.

B. Perkembangan Otak

Salah satu perkembangan fisik yang paling penting selama masa perkembangan awal anak-anak ialah perkembangan otak. Otak dan kepala bertumbuh lebih pesat daripada bagian tubuh mana pun. Pada saat bayi mencapai usia dua tahun, ukuran otaknya rata-rata 75% dari otak orang dewasa, dan pada usia lima tahun, ukuran otaknya telah mencapai sekitar 90% otak orang dewasa. Pertumbuhan otak selama masa awal anak-anak disebabkan oleh pertambahan jumlah dan ukuran urat saraf yang berujung di dalam dan di antara daerah-daerah otak. Beberapa pertambahan otak juga disebabkan oleh pertambahan *myelination*, yaitu suatu proses di mana sel-sel urat saraf ditutup dan disekat dengan suatu lapisan sel-sel lemak.

C. Perkembangan Motorik

Perkembangan fisik pada masa anak-anak ditandai dengan berkembangnya keterampilan motorik, baik kasar maupun halus. Sekitar usia tiga tahun, anak sudah dapat berjalan dengan baik dan sekitar usia empat tahun anak hampir menguasai cara berjalan orang dewasa. Perkembangan motorik dibagi menjadi dua yaitu, motorik kasar dan halus.

Perkembangan Motorik Masa Anak-anak Awal
(Roberton dan Halverson)

Usia/Tahun	Motorik Kasar	Motorik Halus
2,5–3,5	Berjalan dengan baik; berlari lurus ke depan; melompat.	Meniru sebuah lingkaran; tulisan cakar ayam; dapat makan menggunakan sendok; menyusun beberapa kotak.
3,5–4,5	Berjalan dengan 80% langkah orang dewasa; berlari 1/3 kecepatan orang dewasa; melempar dan menangkap bola besar, tetapi lengan masih kaku.	Mengancingkan baju; meniru bentuk sederhana; membuat gambar sederhana.
4,5–5,5	Menyeimbangkan badan di atas satu kaki; berlari jauh tanpa jatuh; dapat berenang dalam air yang dangkal.	Menggunting; menggambar orang; meniru angka dan huruf sederhana; membuat susunan yang kompleks dengan kotakotak.

PERKEMBANGAN KOGNITIF

Perkembangan kognitif adalah perkembangan kemampuan anak untuk mengeksplorasi lingkungan karena bertambah besarnya koordinasi dan pengendalian motorik, maka dunia kognitif anak berkembang pesat, makin kreatif, bebas, dan imajinatif.

A. Perkembangan Kognitif Menurut Piaget

Perkembangan kognitif pada masa awal anak-anak dinamakan tahap pra-operasional (*preoperational stage*) yang berlangsung dari usia dua hingga yujuh tahun. Pada tahap ini konsep yang stabil dibentuk, penalaran mental muncul, egosentris mulai kuat dan kemudian mulai melemah, serta terbentuknya keyakinan terhadap hal yang magis. Dalam istilah pra-operasional menunjukkan bahwa pada tahap ini teori Piaget difokuskan pada keterbatasan pemikiran anak. Istilah "operasional" menunjukkan pada aktifitas mental yang memungkinkan anak untuk memikirkan peristiwa pengalaman yang dialaminya.

B. Perkembangan Persepsi

Pada masa perkembangan persepsi, seorang anak dapat melihat objek-objek yang jauh dan hampir sempurna tetapi di sini mengalami kesukaran dalam memfokuskan penglihatan pada objek-objek yang dekat. (Cratty, 1986) dalam Desmita (2005: 133).

C. Perkembangan Memori (Daya Ingat)

Mengukur memori anak-anak jauh lebih mudah, karena anak-anak telah dapat memberikan reaksi secara verbal.

Komponen pentingnya yaitu:

1. Memori Jangka Pendek

   Individu dapat menyimpan informasi selama 15 hingga 30 detik, dengan asumsi tidak ada latihan atau pengulangan. Memori jangka pendek (*short-term memory*) ini sering diukur dalam rentang memori (*memory span*) yaitu jumlah item yang dapat diulang kembali dengan tepat sesudah satu penyajian tunggal. Materi yang dipakai merupakan rangkaian urutan yang tidak berhubungan satu sama lain, berupa angka, huruf, atau simbol. Menurut Matlin (1994) (dalam Desmita 2005: 135), dibandingkan dengan anak-anak yang lebih besar atau orang dewasa, anak yang lebih kecil lebih mungkin untuk menyimpan materi berupa visual dalam jangka pendeknya.

2. Memori jangka panjang

   Menurut studi yang dilakukan oleh Brown dan Scot (dalam Desmita 2005: 136), terlihat bahwa anak usia empat tahun mencapai ketepatan 75% dari waktunya dalam merekognisi gambar-gambar yang telah diperlihatkan satu minggu sebelumnya, dan anak-anak juga memiliki memori rekognisi yang baik sekalipun telah mengalami penundaan untuk jangka waktu yang lama.

D. Perkembangan Atensi

Menurut Parkin, 2000 (dalam Desmita, 2005: 136), atensi atau perhatian merupakan sebuah konsep multi-dimensional yang di-

gunakan untuk menggambarkan perbedaan ciri-ciri dan cara-cara merespons dalam sistem kognitif.

Menurut Chapkin, 2002 (dalam Desmita, 2005: 136), atensi adalah konsentrasi terhadap aktifitas mental.

Menurut Margaret W. Matlin, 1994 (dalam Desmita, 2005; 136) menggunakan istilah atensi untuk merujuk pada konsentrasi terhadap suatu tugas mental, di mana individu mencoba untuk meniadakan stimulus lain yang mengganggu. Pada masa ini kemampuan anak untuk memusatkan perhatian berubah secara signifikan.

E. Perkembangan Metakognitif

Menurut Margaret W. Matlin, 1994 (dalam Desmita, 2005: 137), metakognitif adalah pengetahuan dan kesadaran tentang proses kognisi atau kesadaran kita tentang pemikiran. Metakognitif merupakan suatu proses menggugah rasa ingin tahu karena kita menggunakan proses kognitif untuk merenungkan proses kognitif kita sendiri. Metakognitif ini memiliki arti yang sangat penting, karena pengetahuan kita tentang proses kognitif kita sendiri dapat memacu kita dalam menata suasana dan menyeleksi strategi untuk meningkatkan kemampuan kognitif kita di masa mendatang.

F. Perkembangan Bahasa

Pada masa ini, perkembangan bahasa berkembang sangat cepat, mereka telah mengalami sejumlah nama-nama dan hubungan antara simbol-simbol, dan dapat membedakan berbagai benda disekitarnya serta melihat hubungan fungsional antara benda-benda ini. Perkembangan bahasa anak-anak diklasifikasikan dalam dua tahap yaitu:

1. Masa Ketiga (2,0-2,6)

Anak sudah mulai dapat menyusun kalimat tunggal yang sempurna.

Anak telah mampu memahami tentang perbandingan, misalnya burung pipit lebih kecil dari burung perkutut.

Anak banyak menanyakan nama dan tempat: apa, di mana, dan dari mana.

Anak telah banyak menggunakan kata-kata yang berawalan dan berakhiran.

2. Masa Keempat (2,6-6,0)

Anak telah dapat menggunakan kalimat majemuk beserta anak kalimatnya.

Tingkat berpikir anak telah lebih maju, anak banyak menanyakan soal waktu-sebab akibat melalui pertanyaan: kapan, ke mana, mengapa, dan bagaimana. Pada mulanya, bahasa anak-anak bersifat egosentris yaitu bentuk bahasa yang lebih menonjolkan diri sendiri, berkisar pada minat, keluarga, dan miliknya sendiri. Menjelang akhir masa anak-anak awal, percakapan anak-anak berangsur-angsur berkembang menjadi bahasa sosial. Bahasa sosial digunakan untuk berhubungan, bertukar pikiran, dan mempengaruhi orang lain. Bentuk bahasa yang digunakan sering berupa pengaduan atau keluhan. Ketika bahasa anak berubah dari bahasa yang bersifat egosentris ke bahasa sosial, maka terjadi penyatuan antara bahasa dan pikiran. Penyatuan antara bahasa dan pikiran ini sangat penting bagi pembentukan struktur mental atau kognitif anak.

PERKEMBANGAN EMOSI

A. Pengertian Emosi

Menurut **English and English** emosi adalah "*A complex feeling state accompanied by characteristic motor and glandular activities*" (suatu keadaan perasaan yang kompleks yang disertai karakteristik kegiatan kelenjar dan motoris). Adapun **Sarlito Wirawan Sarwono** berpendapat bahwa emosi merupakan "Setiap keadaan pada diri seseorang yang disertai warna efektif baik pada tingkat lemah (dangkal) maupun dalam tingkat yang luas (mendalam). [menurut Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja, Dr. H. Syamsu Yusuf LN, M.Pd. 2007: 114-115].

B. Pengaruh Emosi Terhadap Perilaku dan Perubahan Fisik Individu

Pada masa perkembangan anak dan remaja pasti melewati tahap pengaruh emosi. Bberikut ini beberapa contoh tentang pengaruh emosi terhadap perilaku individu di antaranya:

1. Memperkuat semangat, apabila orang merasa senang atau puas atas hasil yang dicapai.
2. Melemahkan semangat, apabila timbul rasa kecewa karena kegagalan dan sebagai puncak dari keadaan ini ialah timbulnya rasa putus asa (frustrasi).
3. Menghambat konsentrasi belajar, apabila sedang mengalami ketegangan emosi dan dapat juga menimbulkan sikap gugup dan gagap dalam berbicara.
4. Terganggunya penyesuaian sosial, apabila terjadi rasa cemburu dan iri hati.
5. Suasana emosional yang diterima dan dialami individu semasa kecilnya akan mempengaruhi sikapnya di kemudian hari, baik terhadap dirinya maupun orang lain.

Jenis-Jenis Emosi dan Dampaknya Pada Perubahan Fisik

Jenis Emosi	Perubahan fisik
1. Terpesona	Reaksi elektris pada kulit
2. Marah	Peredaran darah bertambah cepat
3. Terkejut	Denyut jantung bertambah cepat
4. Kecewa	Bernapas panjang
5. Sakit/marah	Pupil mata membesar
6. Takut/tegang	Air liur mengering
7. Takut	Merinding
8. Tegang	Terganggu pencernaan, otot-otot menegang atau bergetar (tremor)

C. Ciri-ciri Emosi

Emosi memiliki beberapa ciri yaitu:

1. Lebih bersifat subjektif seperti pengamatan dan berpikir.
2. Bersifat fluktuatif (tidak tetap).
3. Banyak bersangkut paut dengan peristiwa pengenalan pancaindra.

Karakteristik Peristiwa Anak/Remaja dan Dewasa

Emosi Anak/Remaja	Emosi Orang Dewasa
1. Berlangsung singkat dan berakhir tiba-tiba	1. Berlangsung lebih lama dan berakhir lambat
2. Terlihat lebih hebat/kuat	2. Tidak terlihat hebat/kuat
3. Bersifat sementara atau dangkal	3. Lebih mendalam dan lama
4. Lebih sering terjadi	4. Jarang terjadi
5. Dapat diketahui dengan jelas dari tingkah lakunya	5. Sulit diketahui karena lebih pandai menyembunyikannya

D. Pengelompokan Emosi

Ada dua kelompok dalam emosi yaitu:

1. Emosi sensoris, yaitu ditimbulkan oleh rangsangan dari luar terhadap tubuh.
2. Emosi psikis, yaitu emosi yang mempunyai alasan-alasan kejiwaan, yang termasuk emosi ini di antaranya sebagai berikut:
   - Perasaan intelektual, yaitu yang berhubungan dengan ruang lingkup kebenaran.
   - Perasaan sosial, yaitu perasaan yang menyangkut hubungan dengan orang lain, bersifat perorangan maupun berkelompok.
   - Perasaan susila, yaitu perasaan yang berhubungan dengan nilai-nilai baik dan buruk atau moral (etika).
   - Perasaan keindahan (estetika), yaitu perasaan yang berkaitan erat dengan keindahan dari sesuatu, baik bersifat kebendaan maupun kerohanian.

- Perasaan ketuhanan, yaitu salah satu kelebihan manusia sebagai makhluk Tuhan, dianugerahi fitrah (kemampuan atau perasaan) untuk mengenal Tuhannya. Dengan kata lain, manusia dikaruniai insting religius (naluri beragama). Karena memiliki fitrah ini, kemudian manusia dijuluki sebagai "*Homo Divinans*" dan "*Homo Religius*", yaitu sebagai makhluk yang berketuhanan atau makhluk beragama.

E. Teori-teori Emosi

Canon Bard, menyatakan bahwa emosi pada situasi dapat menimbulkan rangkaian pada proses saraf. Suatu situasi yang saling mempengaruhi antara *thalamus* (pusat penghubung bagian bawah otak dengan susunan saraf di satu pihak dan alat keseimbangan) atau *cerebellum* dengan *Cereblal cortex* (bagian otak yang terletak di dekat permukaan sebelah dalam dari tulang tengkorak) suatu bagian yang berhubungan dengan proses kerjanya pada jiwa taraf tinggi, seperti berpikir.

James dan **Lange**, menyatakan bahwa emosi itu timbul karena pengaruh perubahan jasmaniah atau kegiatan individu.

Lindsley, mengemukakan teorinya yang disebut "*activation theory*" (teori penggerakan), menurut teori ini emosi disebabkan oleh pekerjaan yang terlampau keras dari susunan saraf terutama otak.

John B. Waston, menyatakan bahwa ada tiga pola dasar emosi yaitu takut (*fear*), marah (*anger*), cinta (*love*). Ketiga jenis emosi tersebut menunjukkan respons tertentu pada stimulus tertentu pula, tetapi kemungkinan terjadi pula modifikasi.

PERKEMBANGAN PSIKOSOSIAL

Aspek penting dalam perkembangan psikososial yang terjadi pada masa awal anak-anak, di antaranya permainan, hubungan dengan orang tua, teman sebaya, perkembangan gender, dan moral.

A. Perkembangan Permainan

Permainan adalah salah satu bentuk aktivitas sosial yang dominan pada awal masa anak-anak. Sebab, anak-anak menghabiskan lebih banyak waktunya di luar rumah bermain dengan teman-temannya dibanding terlibat dalam aktivitas lain. Jadi, permainan bagi anak-anak adalah suatu bentuk aktivitas ini sendiri, bukan karena memperoleh sesuatu yang dihasilkan dari aktivitas ini. Hal ini karena bagi anak-anak proses melakukan sesuatu lebih menarik daripada hasil yang akan didapatkan menurut Schwartzman, 1978 (dalam Psikologi Perkembangan, Desmita, 2005: 141).

1. Fungsi Permainan

Permainan mempunyai dua fungsi utama yaitu:

- Fungsi kognitif, permainan membantu perkembangan kognitif anak. Melalui permainan, anak-anak menjelajahi lingkungannya, mempelajari objek-objek disekitarnya, dan belajar memecahkan masalah yang dihadapinya. Melalui permainan, memungkinkan anak-anak mengembangkan kompetensi dan keterampilan yang diperlukannya dengan cara yang menyenangkan.
- Fungsi emosi, permainan memungkinkan anak untuk memecahkan, sebagian dari masalah emosionalnya, belajar mengatasi kegelisahan dan konflik batin. Permainan memungkinkan anak melepaskan energi fisik yang berlebihan dan membebaskan perasaan-perasaan yang terpendam. Karena tekanan batin terlepaskan dalam permainan, anak dapat mengatasi masalah-masalah kehidupan.

2. Jenis-jenis Permainan

Berdasarkan observasinya terhadap anak-anak usia satu hingga lima tahun, Parten menemukan enam kategori permainan anak-anak yaitu:

1. Permainan *Rekapitulasi*. Anak memerhatikan dan melihat segala sesuatu yang menarik perhatiannya dan melakukan gerakan-gerakan bebas dalam bentuk tingkah laku yang tidak terkontrol.

2. Permainan *solitary*. Anak dalam sebuah kelompok asyik bermain sendiri-sendiri dengan bermacam-macam alat permainan, sehingga tidak terjadi kontak antara satu sama lain dan tidak peduli terhadap apa pun yang sedang terjadi.
3. Permainan *onlooker*. Anak melihat dan memerhatikan anak-anak lain bermain. Anak ikut berbicara dengan anak-anak lain ini dan mengajukan pertanyaan-pertanyaan, tetapi ia tidak ikut terlibat dalam aktivitas permainan ini.
4. Permainan *parallel*. Anak-anak bermain dengan alat permainan yang sama, tetapi tidak terjadi kontak antara satu dan yang lain atau tukar-menukar alat permainan.
5. Permainan *assosiative*. Anak bermain bersama-sama saling pinjam alat permainan.
6. Permainan *cooperative*. Anak-anak bermain dalam kelompok yang terorganisasi, dengan kegiatan-kegiatan konstruktif dan setiap anak mempunyai peranan sendiri-sendiri. Kelompok ini dipimpin dan diarahkan oleh satu atau dua orang anak sebagai pimpinan kelompok.

B. Perkembangan Hubungan dengan Orang Tua

Hubungan dengan orang tua atau pengasuhnya merupakan dasar bagi perkembangan emosional dan sosial anak. Sejumlah ahli memercayai bahwa kasih sayang orang tua atau pengasuh selama beberapa tahun pertama kehidupan merupakan kunci utama perkembangan sosial anak, meningkatkan kemungkinan anak memiliki kompetensi secara sosial, dan penyesuaian diri yang baik pada tahun-tahun prasekolah dan setelahnya. Salah satu aspek penting dalam hubungan orang tua dan anak ialah gaya pengasuhan yang diterapkan oleh orang tua. Menurut Diana Baumrind, 1972 dalam Lerner & Hultsch, 1983, dalam psikologi perkembangan (Desmita 2005: 144) merekomendasikan tiga tipe pengasuhan yang dikaitkan dengan aspek-aspek yang berbeda dalam tingkah laku sosial anak yaitu otoritatif, otoriter, dan permisif:

- Pengasuhan otoritatif (*authoritative parenting*) adalah salah satu gaya pengasuhan yang memerlihatkan pengawasan ekstra ketat terhadap tingkah laku anak-anak, tetapi mereka juga bersikap responsif, menghargai, dan menghormati pemikiran, perasaan, serta mengikutsertakan anak dalam pengambilan keputusan. Anak-anak prasekolah dari orang tua yang otoritatif cenderung lebih percaya pada diri sendiri, pengawasan diri sendiri, dan mampu bergaul baik dengan teman sebayanya.
- Pengasuhan otoriter (*authoritarian parenting*) adalah suatu gaya pengasuhan yang membatasi dan menuntut anak untuk mengikuti perintah orang tua. Orang tua yang otoriter menetapkan batas-batas yang tegas dan tidak memberi peluang yang besar bagi anak-anak untuk mengungkapkan pendapat. Orang tua otoriter juga cenderung bersikap sewenang-wenang dan tidak demokratis dalam membuat keputusan, memaksakan peran-peran atau pandangan kepada anak atas dasar kemampuan dan kekuasaan sendiri, serta kurang menghargai pemikiran dan perasaan mereka.
- Pengasuhan permisif (*permissive parenting*) dapat dibedakan dalam dua bentuk yaitu: pertama, pengasuhan *permissive-indulgent* yaitu suatu gaya pengasuhan di mana orang tua sangat terlibat dalam kehidupan anak, tetapi menetapkan sedikit batas atau kendali atas mereka. Pengasuhan *permissive-indulgent* diasosiasikan dengan kurangnya kemampuan pengendalian diri anak, karena orang tua yang *permissive-indulgent* cenderung membiarkan anak-anak melakukan apa saja yang mereka inginkan. Kedua, pengasuhan *permissive-indifferent* yaitu suatu gaya pengasuhan di mana orang tua sangat tidak terlibat dalam kehidupan anak. Anak-anak yang dibesarkan oleh orang tua yang *permissive-indifferent* cenderung kurang percaya diri, pengendalian diri yang buruk, dan rasa harga diri yang rendah.

C. Perkembangan Hubungan dengan Teman Sebaya

Teman sebaya (*peer*) sebagai sebuah kelompok sosial sering didefinisikan sebagai semua orang yang memiliki kesamaan tingkat

usia, menurut Hetherington & Parke dalam *Psikologi Perkembangan*, Desmita (2005: 145). Akan tetapi, belakangan definisi teman sebaya lebih ditekankan pada kesamaan tingkah laku atau psikologis menurut Lewis & Rosenblum, 1975 (dalam *Psikologi Perkembangan*, Desmita, 2005: 145).

Sejumlah penelitian telah merekomendasikan betapa hubungan sosial dengan teman sebaya memiliki arti yang sangat penting bagi perkembangan pribadi anak. Salah satu fungsi kelompok teman sebaya yang paling penting ialah menyediakan suatu sumber dan perbandingan tentang dunia luar keluarga. Anak-anak menerima umpan balik tentang kemampuan mereka dari kelompok teman sebaya. Anak-anak mengevaluasi apakah yang mereka lakukan lebih baik, sama, atau lebih jelek dari yang dilakukan oleh anak-anak lain. Mereka menggunakan orang lain sebagai tolok ukur untuk membandingkan dirinya. Proses pembandingan sosial ini merupakan dasar bagi pembentukan rasa harga diri dan gambaran diri anak menurut Hetherington & Parke, 1981 (dalam *Psikologi Perkembangan*, Desmita 2005: 146).

D. Perkembangan Gender

Gender dimaksudkan sebagai tingkah laku dan sikap yang diasosiasikan dengan laki-laki atau perempuan. Kebanyakan anak mengalami sekurang-kurangnya tiga tahap dalam perkembangan gender menurut Shepherd-Look, 1982, (dalam buku *Psikologi Perkembangan*, Desmita 2005: 146). *Pertama*, anak mengembangkan kepercayaan tentang identitas gender yaitu rasa laki-laki atau perempuan. *Kedua*, anak mengembangkan keistimewaan gender, sikap tentang jenis kelamin mana yang mereka kehendaki. *Ketiga*, mereka memperoleh ketetapan gender, suatu kepercayaan bahwa jenis kelamin seseorang ditentukan secara biologis, permanen, dan tak berubah-ubah.

Ketiga aspek gender tersebut berperan terhadap pengetahuan umum anak tentang peran gender yang diharapkan masyarakat. Pengetahuan ini sering disebut sebagai peran jenis kelamin atau stereotip gender. Kesadaran tentang stereotip gender ini telah dimiliki

oleh anak-anak prasekolah. Ia sering membicarakannya dan bahkan bertindak menurut cara-cara yang mencerminkan stereotip peran gender tersebut. Stereotip peran gender merujuk pada karakteristik psikologis atau perilaku yang secara tipikal diasosiasikan dengan laki-laki atau perempuan menurut Matsumoto, 2000 (dalam *Psikologi Perkembangan*, Desmita 2005: 146). Anak-anak mempelajari stereotip peran gender ini melalui berbagai cara dan pola-pola yang dapat diramalkan.

E. Tren Perkembangan Gender Selama Masa Awal Anak-anak

Berikut ini dijelaskan dua trend penting dari perkembangan gender pada masa awal anak-anak, yaitu:

1. Permainan dan Aktivitas

   Perkembangan gender pada masa awal anak-anak dapat dilihat dari permainan dan aktivitas yang dilakukannya. Anak-anak usia satu dan tiga tahun telah mempelajari stereotip gender konvensional yang dihubungkan dengan berbagai aktivitas dan objek-objek umum menurut Ruble&Ruble, 1980 (dalam *Psikologi Perkembangan*, Desmita 2005: 147). Mereka menghubungkan gender dengan mainan, seperti mobil-mobilan untuk anak laki-laki dan boneka untuk anak perempuan. Pada saat yang sama, mereka belajar mengasosiasikan jenis pakaian (rok untuk anak perempuan dan celana panjang untuk anak laki-laki). Pada awal usia sekolah, mereka mulai menghubungkan keluarga dan pekerjaan tertentu dengan gender, sekalipun keluarga mereka tidak memperlihatkan pembagian ini. Mereka percaya bahwa anak perempuan tinggal di rumah untuk mengasuh anak dan mengurus rumah tangga, sedangkan anak laki-laki pergi keluar untuk bekerja. Karena itu, tidak heran kalau anak sering mengasosiasikan perawat ialah perempuan dan pilot ialah laki-laki.

2. Kualitas Personal

   Berbeda dengan permainan dan aktivitas, anak-anak prasekolah mengembangkan stereotip gender kualitas pribadi lebih lambat. Baru pada usia kira-kira lima tahun, anak-anak mulai mengeta-

hui gender mana yang dianggap menjadi agresif, keras, dan kuat; serta gender mana yang dianggap lembut, tenang, dan lemah. Pengetahuan semacam ini terus berkembang sepanjang masa anak-anak dan remaja.

Belakangan ini, diusulkan teori gender skema (*gender schema theory*) untuk menjelaskan perkembangan pemahaman anak mengenai gender. Skema adalah suatu struktur kognitif, yakni suatu jaringan asosiasi yang mengorganisasi dan memandu persepsi-persepsi individu. Skema gender adalah mengorganisasi dunia dalam sudut pandang perempuan dan laki-laki. Teori skema gender adalah pernyataan bahwa perhatian dan perilaku dipandu oleh motivasi internal untuk menyesuaikan diri dengan standar dan stereotip sosial-budaya yang berbasis gender. (Santrock, 1995)

Pemikiran skema gender seorang anak berkembang melalui serangkaian tahap. *Pertama*, seorang anak mempelajari suatu hal yang secara langsung dihubungkan dengan masing-masing jenis kelamin, seperti anak laki-laki bermain dengan masing-masing jenis kelamin dan anak perempuan bermain dengan boneka. *Kedua*, sekitar usia emapt hingga enam tahun, anak mulai mengembangkan asosiasi yang lebih kompleks dan tidak langsung terhadap informasi yang relevan atau jenis kelaminnya sendiri, tetapi tidak untuk lawan jenis. *Ketiga*, pada usia kira-kira delapam tahun, anak juga mempelajari asosiasi yang relevan terhadap lawan jenis dan telah menguasai konsep gender kewanitaan dan kelakilakian.

F. Perkembangan Moral

Perkembangan moral adalah perkembangan yang berkaitan dengan aturan dan konvensi mengenai apa yang seharusnya dilakukan oleh manusia dalam interaksinya dengan orang lain menurut Santrock, 1995 (dalam *Psikologi Perkembangan* Desmita, 2005: 149). Anak-anak ketika dilahirkan tidak memiliki moral (immoral). Tetapi dalam dirinya terdapat potensi moral yang siap untuk dikembang-

kan. Karena itu, melalui pengalamannya berinteraksi dengan orang lain (dengan orang tua, saudara, dan teman sebaya), anak belajar memahami tentang perilaku yang buruk yang tidak boleh dikerjakan.

1. Teori Psikoanalisis tentang Perkembangan Moral

Dalam menggambarkan perkembangan moral, teori psikoanalisis dengan pembagian struktur manusia dibagi menjadi tiga yaitu *Id*, ego, dan superego. *Id* adalah struktur kepribadian yang terdiri atas biologis yang irasional dan tidak disadari. Ego adalah struktur kepribadian yang terdiri atas aspek psikologis, yaitu subsistem ego yang rasional disadari, namun tidak memiliki moralitas. Superego adalah struktur kepribadian yang terdiri atas aspek sosial yang berisikan sistem nilai dan moral, yang benar-benar memperhitungkan "benar" atau "salahnya" sesuatu.

Struktur superego ini mempunyai dua komponen yaitu ego ideal dan kata hati (*conscience*). Kata hati menggambarkan bagian dalam atau kehidupan mental seseorang, peraturan masyarakat, hukum, etika, dan moral. Pada usia kira-kira lima tahun, perkembangan superego secara khas akan menjadi sempurna. Ketika hal ini terjadi, maka suara hati terbentuk. Ini berarti bahwa pada usia sekitar lima tahun orang telah menyelesaikan perkembangan moralnya menurut Lerner dan Hultsch, 1983 (*Psikologi perkembangan*, Desmita, 2005: 150).

2. Teori Belajar Sosial tentang Perkembangan Moral

Teori belajar sosial melihat tingkah laku moral sebagai respons atau stimulus. Dalam hal ini, proses penguatan, penghukuman, dan peniruan digunakan untuk menjelaskan perilaku moral anak-anak. Bila anak diberi hadiah atas perilaku yang sesuai dengan aturan dan kontrak sosial, mereka akan mengulangi perilaku ini. Sebaliknya, bila mereka dihukum atas perilaku yang tidak bermoral, maka perilaku ini akan berkurang atau hilang.

3. Teori Kognitif tentang Perkembangan Moral

Teori kognitif Piaget mengenai perkembangan moral melibatkan prinsip dan proses yang sama dengan pertumbuhan kognitif yang ditemui dalam teorinya tentang perkembangan intelektual. Bagi Piaget, perkembangan moral digambarkan melalui aturan permainan. Karena itu, hakikat moralitas adalah kecenderungan untuk menerima dan menaati sistem peraturan.

Piaget menyimpulkan bahwa pemikiran anak dibagi dua tahap yaitu tahap heteronomus morality dan atonomus morality (Siefect dan Hoffnung, 1994 dalam *Psikologi Perkembangan*, Desmita, 2005: 150).

- Heteronomus morality
- Tahap perkembangan moral terjadi pada anak usia kira-kira enam hingga sembilan tahun. Anak-anak pada masa ini yakin akan keadilan *immanent*, yaitu konsep bahwa bila suatu aturan dilanggar, hukuman akan segera dijatuhkan.
- Atonomus morality
- Tahap perkembangan ini terjadi pada anak usia 9 hingga 12 tahun. Pada tahap ini, anak mulai sadar bahwa aturan dan hukum merupakan ciptaan manusia dalam menerapkan suatu hukuman atas suatu tindakan harus mempertimbangkan maksud pelaku serta akibat-akibatnya. Pada tahap ini mereka tampak memban-del karena otoritas, serta lebih menaati per-aturan kelompok sebaya atau pemimpinnya.

4. Teori Kohlberg tentang Perkembangan Moral

Kohlberg mengklasifikasikan perkembangan moral atas tiga tingkatan (level) yang kemudian dibagi lagi menjadi enam tahap (*stage*) (lihatTable). Kohlberg setuju dengan Piaget yang menjelaskan bahwa sikap moral bukan hasil sosialisasi atau pelajaran yang diperoleh dari pengalaman. Tetapi tahap-tahap perkembangan moral terjadi dari aktivitas spontan dari anak-anak. Anak-anak memang berkembang melalui interaksi sosial, namun interaksi ini memiliki corak khusus, di mana faktor pribadi yaitu aktivitas-aktivitas anak ikut berperan.

Hal penting lain dari teori perkembangan moral Kohlberg ialah orientasinya untuk mengungkapkan moral hanya ada dalam pikiran dan yang dibedakan dengan tingkah laku moral dalam arti perbuatan nyata. Semakin tinggi tahap perkembangan moral seseorang, akan semakin terlihat moralitas yang lebih mantap dan bertanggung jawab dari perbuatannya.

Tingkat dan Tahap Perkembangan Moral Menurut Kohlberg

Tingkat	Tahap
1. Prakonvensional moralitas. Anak mengenal moralitas berdasarkan dampak yang ditimbulkan oleh suatu perbuatan.	1. Orientasi kepatuhan dan hukum Pemahaman anak tentang baik dan buruk ditentukan oleh otoritas.
	2. Orientasi hedonistik-instrumental. Suatu perbuatan dinilai baik apabila berfungsi sebagai instrumen untuk memenuhi kebutuhan atau kepuasan diri.
2. Konvensional Suatu perbuatan dinilai baik oleh anak apabila memenuhi harapan otoritas atau kelompok sebaya.	2. Orientasi anak yang baik. Suatu perbuatan dinilai baik apabila menyenangkan orang lain
	3. Orientasi keteraturan otoritas Perilaku yang dinilai baik ialah menunaikan kewajiban, menghormati, otoritas, dan memelihara ketelitian sosial.
3. Pasca-konvensional Aturan dan institusi dari masyarakat tidak dipandang sebagai tujuan akhir, tetapi diperlukan sebagai subyak. Anak menaati aturan untuk menghindari hukuman kata hati.	4. Orientasi kontrol sosial-legalistik. Perbuatan dinilai baik apabila sesuai dengan perundang-undangan yang berlaku.
	5. Orientasi kata hati. Kebenaran ditentukan oleh kata hati, sesuai dengan prinsip-prinsip etika universal yang bersifat abstrak dan penghormatan terhadap martabat manusia.

KESIMPULAN

Perkembangan masa awal anak-anak di mana anak-anak prasekolah dimulai dari usia dua sampai empat tahun mengalami proses perkembangan secara bertahap. Melalui beberapa perkembangan, di

antaranya fisik, kognitif, emosi, dan psikososial. Dan dari perkembangan ini anak mulai mengalami perubahan, contohnya dari segi fisik, bertambahnya tinggi dan berat badan anak; dari segi kognitif, adanya perubahan cara berpikir anak; segi emosi, sudah mulai dapat mengekspresikan rasa emosinya; sedangkan segi psikososial, anak dapat berhubungan atau bersosialisasi dengan lingkungannya.

BAB 7

MASA AKHIR ANAK-ANAK

Periode ini dimulai sejak anak-anak berusia enam sampai seksualnya matang. Kematangan seksual ini sangat bervariasi baik antara jenis kelamin maupun antarbudaya yang berbeda. Anak-anak sudah lebih menjadi mandiri. Pada masa inilah anak paling peka dan siap untuk belajar dan dapat memahami pengetahuan dan selalu ingin bertanya dan memahami.

Perkembangan kepribadian anak sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial dan kognitifnya. Hal ini membentuk persepsi anak mengenai dirinya sendiri, dalam kompetensi sosialnya, dalam peran jenis kelaminnya, dan dalam menegakkan pendapatnya mengenai apa yang benar dan yang salah.

Perkembangan sosial anak mulai meningkat yang ditandai dengan adanya perubahan pengetahuan dan pemahaman mereka mengetahui kebutuhan ketentuan maupun peraturan-peraturan. Selain itu hubungan antara anak dan keluarga, teman sebaya dan sekolah sangat mewarnai perkembangan sosialnya.

CIRI AKHIR MASA KANAK-KANAK

1. Label yang digunakan oleh orang tua

   Karena kebanyakan anak, terutama anak laki-laki kurang memerhatikan dan tidak bertanggung jawab terhadap pakaian dan benda-benda yang dimilikinya sendiri, maka orang tua memandang

periode ini sebagai usia tidak rapi suatu masa di mana anak cenderung tidak memedulikan dan ceroboh dengan penampilan dan kamarnya sangat berantakan.

2. Label yang digunakan oleh para pendidik

   Para pendidik melabelkan akhir masa kanak-kanak dengan usia sekolah dasar. Pada usia ini anak diharapkan memperoleh dasar-dasar pengetahuan yang dianggap penting untuk keberhasilan penyesuaian diri pada kehidupan dewasa dan mempelajari berbagai keterampilan penting tertentu baik kurikuler maupun ekstrakurikuler. Para pendidik juga memandang periode ini sebagai periode kritis di mana dorongan berprestasi suatu masa depan di mana anak membentuk kebiasaan untuk mencapai sukses, tidak sukses atau sangat, sukses.

3. Label yang digunakan ahli psikologi

   Usia kelompok suatu masa di mana perhatian utama anak tertuju pada keinginan diterima oleh teman-teman sebayanya sebagai anggota kelompok yang bergengsi dalam pandangan teman-temannya. Usia penyesuaian diri bagaimana pentingnya penyesuaian diri dengan standar yang disetujui kelompok bagi anak yang telah dijelaskan oleh Church dan Stone:

   Bagi anak tujuh tahun, ukuran "dosa" yang paling buruk berbeda dari ukuran anak lain ... ia meniru pakaian dan perilaku anak yang lebih tua dan mengikuti peraturan kelompok sekalipun bertentangan dengan peraturan kelompok, dirinya, keluarga, dan sekolah.

   Usia kreatif, suatu masa dalam rentan kehidupan di mana akan ditentukan apakah anak-anak menjadi konformis atau pencipta karya baru dan orisinal.

   Usia bermain, jadi alasan periode ini disebut sebagai usia bermain karena luasnya minat dan kegiatan bermain dan bukan karena banyaknya waktu untuk bermain.

ASPEK PERKEMBANGAN MANUSIA PADA TAHAP AKHIR MASA KANAK-KANAK

A. Perkembangan Fisik pada Akhir masa kanak-kanak

- Tinggi

  Rata-rata anak perempuan 11 tahun mempunyai tinggi badan 58 inci dan laki-laki 57,5 inci.

- Berat

  Kenaikan berat lebih bervariasi daripada kenaikan tinggi badan yang berkisar tiga sampai lima pon per tahun. Rata-rata anak perempuan 11 tahun mempunyai berat badan 88,5 pon dan anak laki-laki 85,5 pon.

- Perbandingan Tubuh

  Beberapa perbandingan wajah yang kurang baik menghilang dengan bertambah besarnya mulut dan rahang, dahi melebar dan merata, bibir semakin berisi, hidung menjadi lebih besar dan lebih berbentuk, leher menjadi lebih panjang, dada melebar, perut tidak buncit, lengan dan tungkai memanjang, dan tangan dan kaki dengan lambat tumbuh membesar.

- Kesederhanaan

  Perbandingan tubuh yang kurang baik yang sangat mencolok pada masa akhir kanak-kanak menyebabkan meningkatnya kesederhanaan pada saat ini. Kurangnya perhatian terhadap penampilan dan kecenderungan untuk berpakaian seperti temen-temannya tanpa memedulikan pantas tidaknya juga menambah kesederhanaan.

- Perbandingan Otak-Lemak

  Selama akhir masa kanak-kanak, jaringan lemak berkembang lebih cepat daripada jaringan otot yang perkembangannya baru mulai melejit pada awal pubertas. Anak yang berbentuk endomorfik jaringan lemaknya jauh lebih banyak daripada jaringan otot, sedangkan pada tubuh ektomorfik tidak terdapat jaringan

yang melebihi jaringan lainnya sehingga cenderung tampak kurus.

- Gigi

  Pada permulaan pubertas umumnya seorang anak telah mempunyai 22 gigi tetap. Keempat gigi terakhir yang disebut gigi kebijaksanaan, muncul selama masa remaja.

B. Keterampilan Awal masa Kanak-kanak

Kategori Keterampilan Akhir masa kanak-kanak

a. Keterampilan menolong diri sendiri

Anak yang lebih besar harus dapat makan, berpakaian, mandi, dan berdandan sendiri hampir secepat dan semahir orang dewasa, dan keterampilan tidak memerlukan perhatian sadar yang penting pada awal masa kanak-kanak.

b. Keterampilan menolong orang lain

Keterampilan menurut kategori ini bertalian menolong orang lain. Perilaku yang seharusnya telah dimiliki oleh anak-anak menjelang dewasa, menolong orang tanpa harus disuruh, dan memiliki inisiatif sendiri dalam melakukan sesuatu.

c. Keterampilan sekolah

Di sekolah, anak mengembangkan berbagai keterampilan yang diperlukan untuk menulis, menggambar, menari, mewarnai, dan membuat pekerjaan tangan.

d. Keterampilan bermain

Anak yang lebih besar belajar keterampilan seperti melempar dan menangkap bola.

C. Kemajuan Berbicara

Bidang-bidang yang mengalami kemajuan:

a. Penambahan kosakata

Umumnya anak yang berasal dari keluarga yang berpendidikan baik peningkatan kosakatanya lebih banyak daripada anak yang

berasal dari keluarga yang orang tuanya berpendidikan tidak tinggi.

Perbedaan sosial-ekonomi dalam kata-kata populer dan kata-kata makin tampak jelas pada anak laki-laki maupun perempuan dari kelompok sosial-ekonomi yang lebih rendah dengan lebih sering mengucapkannya dan lebih banyak menggunakan kata-kata penghinaan daripada kelompok sosial-ekonomi yang lebih tinggi. Anak laki-laki maupun perempuan dari kelompok sosial yang lebih rendah juga lebih mempunyai kosakata uang karena lebih sering ditugaskan berbelanja oleh ibunya sehingga terbiasa dengan uang.

b. Pengucapan

Kesalahan dalam pengucapan kata-kata lebih sedikit pada usia ini daripada sebelumnya. Sebuah kata baru mungkin pertama kali digunakan atau diucapkan dengan tidak tepat, tetapi setelah beberapa kali dengar pengucapan yang benar anak telah mampu mengucapkannya dengan benar.

c. Pembentukan kalimat

Dari usia 6 sampai 9 atau 10 tahun, panjang kalimat akan bertambah, kalimat panjang biasanya tidak teratur dan terpotong-potong. Berangsur-angsur setelah usia sembilan tahun mulai menggunakan kalimat yang lebih singkat dan lebih padat.

d. Kemajuan dalam pengertian

Peningkatan dalam pengertian juga dibantu oleh pelatihan konsentrasi di sekolah. Seperti halnya dengan anak yang lebih muda konsentrasi ditingkatkan dengan mendengarkan radio, dan melihat televisi dan hal ini selanjutnya meningkatkan pengertian.

D. Emosi dan Ungkapan-ungkapan Emosi

Umumnya ungkapan emosional pada akhir masa kanak-kanak merupakan ungkapan yang menyenangkan. Untuk standar orang dewasa ungkapan emosional kurang matang, tetapi hal ini menandakan bahwa anak bahagia dan penyesuaian dirinya baik. Tidak semua

emosi pada usia ini menyenangkan, banyak ledakan amarah terjadi dan anak-anak menderita kekhawatiran dan perasaan kecewa.

Pola Emosi yang Umum pada Akhir Masa Kanak-kanak

1. Periode Meningginya Emosi

Meningginya emosi pada anak-anak dapat disebabkan karena keadaan fisik atau lingkungan. Namun pada umumnya akhir masa kanak-kanak merupakan periode yang relatif tenang yang berlangsung sampai mulainya masa puber.

Pertama, peranan yang harus dilakukan anak yang lebih besar telah terumus secara jelas dan anak tahu bagaimana melaksanakannya.

Kedua, permainan dan olahraga merupakan bentuk pelampiasan emosi yang tertahan dan terakhir dengan meningkatnya keterampilan anak tidak banyak mengalami kekecewaan dalam usahanya untuk menyelesaikan berbagai macam tugas dibandingkan pada saat anak masih lebih muda.

2. Permulaan Katarsis Emosional

Cara meredakan emosi yang tidak tersalurkan ini ditemukan, yang disebut kartasis emosional, maka akan timbul cara baru bagi anak untuk mengatasi ungkapan emosional agar sesuai dengan harapan sosial.

E. Pengelompokan Sosial dan Perilaku Sosial Masa Akhir Kanak-kanak

a. Ciri Geng Anak-anak

- Geng anak-anak merupakan kelompok bermain.
- Untuk menjadi anggota geng, anak harus diajak.
- Anggota geng terdiri dari jenis kelamin yang sama.
- Pada mulanya geng terdiri dari tiga atau empat anggota, tetapi jumlah ini meningkat dengan bertambah besarnya anak dan bertambahnya minat pada olahraga.

- Geng anak laki-laki sering terlibat dalam perilaku sosial buruk daripada anak perempuan.
- Kegiatan geng yang populer meliputi permainan dan olahraga, pergi ke bioskop, dan berkumpul untuk bicara atau makan bersama.
- Geng mempunyai pusat tempat pertemuan, biasanya yang jauh dari pengawasan orang-orang dewasa.
- Sebagian besar kelompok mempunyai tanda keanggotaan, misalnya anggota kelompok memakai pakaian yang sama.
- Pemimpin geng mewakili ideal kelompok dan hampir dalam segala hal lebih unggul daripada anggota-anggota yang lain.

b. Efek dari keanggotaan kelompok

Pertama, menjadi anggota geng sering kali menimbulkan pertentangan dengan orang tua dan penolakan terhadap standar orang tua.

Kedua, permusuhan antara anak laki-laki dan perempuan semakin meluas.

Ketiga, kecenderungan anak yang lebih tua untuk mengembangkan prasangka terhadap anak yang berbeda.

Keempat, dalam banyak hal merupakan akibat yang paling merusak, ialah cara anak memperlakukan anak-anak yang bukan anggota geng. Sekali anak-anak telah membentuk geng, mereka sering kali bersikap kejam kepada anak-anak yang tidak dianggap sebagai anggota geng.

c. Teman pada masa akhir kanak-kanak

Seperti halnya dengan masa awal kanak-kanak, teman pada akhir masa kanak-kanak terdiri dari rekan, teman bermain, atau teman baik. Biasanya yang dipilih ialah yang dianggap serupa dengan dirinya sendiri dan memenuhi kebutuhan. Terdapat kecenderungan yang kuat bagi anak-anak untuk memilih teman dari kelasnya sendiri di sekolah.

d. Perlakuan teman

Perlakuan yang kurang baik tidak hanya ditujukan kepada anak yang bukan anggota kelompok. Pola yang sama juga terdapat dalam persahabatan anak-anak, sehingga persahabatan mereka jarang yang tetap.

e. Status sosiometri

Sebelum akhir masa kanak-kanak berakhir sebagian besar anak-anak tidak hanya menyadari *status sosiometri* mereka, yaitu status yang mereka senangi pada kelompok sosial, tetapi juga status sosiometri dari teman-teman sebaya mereka.

f. Pemimpin pada masa akhir kanak-kanak

Anak yang dipilih oleh teman-temannya untuk berperan sebagai pemimpin pada masa akhir kanak-kanak, mendekati ideal kelompok. Ia tidak hanya disukai oleh sebagian besar anggota kelompok, tetapi juga memiliki ciri-ciri yang dikagumi.

F. Minat dan Kegiatan Bermain pada Akhir Masa Kanak-kanak

Selama masa akhir kanak-kanak, baik anak laki-laki maupun perempuan sangat sadar akan kesesuaian jenis permainan dengan kelompok seksnya. Oleh karena itu, ia menghindari kegiatan bermain yang dianggap tidak sesuai untuk kelompok seksnya, tanpa memerhatikan kesenangan pribadi.

1. Bermain Konstruktif

Membuat sesuatu hanya untuk bersenang-senang saja tanpa memikirkan manfaatnya merupakan bentuk permainan yang populer di antara anak-anak yang lebih besar. Menggambar, melukis, dan membentuk tanah liat berangsur-angsur kurang disenangi dengan berjalannya masa anak-anak.

2. Menjelajah

Kegiatan menjelajah pada akhir masa kanak-kanak lebih senang bila dilakukan bersama anak lain daripada lingkungan sendiri seperti

menjelajahi bayi dan anak yang lebih muda, maka dalam periode ini menjadi kelompok yang populer. Populernya kegiatan menjelajah sebagai kegiatan kelompok yang terorganisasi seperti, pramuka dan kelompok-kelompok ibadah.

3. Mengumpulkan

Sebagai suatu bentuk bermain, meningkat dengan berjalannya masa kanak-kanak, karena kegiatan mengumpulkan berfungsi sebagai sumber iri hati dan gengsi di antara teman-teman dan juga memberikan kesenangan bagi kolektor.

4. Permainan dan Olahraga

Penekanan dalam permainan dan olahraga ditujukan pada kesesuaian pada kelompok seks. Lever telah mengadakan analisis tentang perbedaan seks dalam permainan anak-anak dan menyimpulkan enam perbedaan pokok, yaitu:

Pertama, anak laki-laki lebih banyak bermain di luar daripada anak perempuan.

Kedua, anak laki-laki bermain dalam kelompok yang lebih besar daripada anak perempuan.

Ketiga, permainan anak laki-laki terjadi dalam kelompok yang terdiri dari berbagai usia Adapun anak perempuan bermain dengan anak seusianya.

Keempat, anak perempuan sering memainkan permainan anak laki-laki daripada anak laki-laki memainkan permainan anak perempuan.

Kelima, anak laki-laki lebih banyak memainkan permainan yang bersifat pertandingan daripada anak perempuan.

Keenam, permainan anak laki-laki berlangsung lebih lama daripada permainan anak perempuan.

G. Sikap dan Perilaku Moral

1. Perkembangan kode moral

Pada akhir masa kanak-kanak seperti halnya awal masa remaja,

kode moral sangat dipengaruhi oleh standar moral dari kelompok di mana anak mengidentifikasikan diri.

2. Peranan disiplin dalam perkembangan moral
   Kalau disiplin dibutuhkan dalam perkembangan, haruslah disesuaikan dengan tingkat perkembangan anak.
3. Perkembangan suara hati
   Istilah suara hati berarti suatu reaksi khawatir yang terkondisi terhadap situasi dan tindakan tertentu yang telah dilakukan dengan jalan menghubungkan perbuatan tertentu dengan hukuman. Suara hati merupakan *polisi yang diinternalisasikan* yang mendorong anak untuk melakukan yang benar dan menghindari hukuman.
4. Pelanggaran hukum pada akhir masa kanak-kanak
   Menjelang berakhirnya masa kanak-kanak, pelanggaran menjadi semakin berkurang. Menurunnya pelanggaran mungkin karena adanya kematangan, baik fisik maupun psikologis, tetapi lebih sering karena kurangnya tenaga yang merupakan ciri pertumbuhan yang pesat yang mengiringi bagian awal dari masa puber. Banyak anak prapuber yang sama sekali tidak mempunyai tenaga untuk menjadi nakal.

H. Minat pada Akhir Masa Kanak-kanak

Efek minat

Bagaimana minat yang dibentuk pada akhir masa kanak-kanak, dapat mempengaruhi anak diterangkan sebagai berikut:

Pertama, minat mempengaruhi bentuk dan intensitas cita-cita.

Kedua, minat dapat dan memang berfungsi sebagai tenaga pendorong yang kuat.

Ketiga, prestasi selalu dipengaruhi oleh jenis dan intensitas minat seseorang.

Keempat, minat yang terbentuk dalam masa kanak-kanak sering kali menjadi minat seumur hidup, karena minat menimbulkan kepuasan.

I. Penggolongan Peran Seks

Kekuatan yang paling penting dalam penggolongan peran seks selama akhir masa kanak-kanak berasal dari tekanan teman-teman sebaya. Pada saat anak masuk sekolah, penggolongan peran seks telah terbentuk sesuai dengan standar yang berlaku di rumah, secara tradisional atau sederajat (pandangan tradisional menganggap laki-laki lebih unggul daripada perempuan), Adapun pandangan sederajat menganggap bahwa perempuan mempunyai derajat yang sama dengan laki-laki.

Efek Penggolongan Peran Seks

Dalam perkembangan *minat*, anak-anak diharapkan hanya untuk mengembangkan minat-minat yang dianggap sesuai dengan peran seksnya. Penggolongan peran seks paling penting dalam *penilaian diri*. Anak menilai diri sendiri sesuai dengan pandangan orang-orang yang penting dalam hidupnya. Kalau orang tua, guru-guru, atau teman menganggap anak perempuan lebih rendah daripada anak laki-laki dan peran serta prestasi anak perempuan tidak sepenting anak laki-laki, tidaklah mengherankan apabila anak laki-laki cenderung menilai tinggi dirinya Adapun anak perempuan cenderung menilai dirinya rendah. Dalam kecenderungan-kecenderungan ini terletak dasar-dasar kompleks unggul daripada pria dan kompleks rendah diri pada wanita.

J. Perubahan-perubahan Kepribadian

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri

Mutu hubungan dengan orang tua, saudara kandung dan sanak saudara lain, dan pandangan anak mengenai metode pelatihan anak yang digunakan di rumah, semuanya berperan dalam menentukan perkembangan kepribadian anak.

- Perkembangan Konsep Diri Ideal

  Anak-anak membentuk konsep diri yang ideal, anak menjadi sosok tokoh ide. Pada mulanya, konsep diri yang ideal mengikuti

pola yang digariskan oleh orang tua, guru, dan orang-orang sekitar dalam lingkungannya. Kemudian dengan meluasnya cakrawala juga mengikuti pola atau tokoh-tokoh yang dibaca atau didengar.

- Mencari Identitas

  Pencarian identitas dimulai pada bagian akhir masa kanak-kanak dan mencapai tahap kritis dalam masa remaja. Menurut Erickson, "identitas diri" berarti perasaan dapat berfungsi sebagai seseorang yang tersendiri tetapi yang berhubungan erat dengan orang lain.

BAHAYA YANG AKAN TERJADI PADA AKHIR MASA KANAK-KANAK

Bahaya yang umum merupakan bahaya sebelumnya merupakan kelanjutan dari bahaya tahun-tahun sebelumnya. Ada bahaya baru yang timbul dari perubahan pola hidup anak setelah masuk sekolah.

Seperti halnya tahun-tahun sebelumnya, bahaya akhir masa kanak-kanak dapat berbentuk bahaya fisik dan psikologis. Namun selama akhir masa kanak-kanak, reaksi psikologis dari bahaya fisik sangat penting dan hal ini akan ditekankan.

A. Bahaya Fisik

- Penyakit

  Mengganggu keseimbangan tubuh yang menjadikan anak mudah marah, menuntut, dan sulit. Kalau penyakitnya berlangsung lama, maka anak akan tertinggal dalam pembelajaran sekolah dan keterampilan bermain.

- Kegemukan

  Kegemukan merupakan bahaya fisik tidak saja bagi kesehatan. Anak kegemukan sulit mengikuti kegiatan bermain sehingga kehilangan kesempatan untuk mencapai keterampilan yang penting untuk keberhasilan sosial.

- Bentuk Tubuh yang tidak Sesuai
  Penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial cenderung memburuk terlebih lagi anak laki-laki, sebaliknya tubuh yang sesuai dengan seksnya membantu penyesuaian diri yang baik.
- Kecelakaan
  Keadaan ini dapat menyebabkan rasa takut terhadap semua kegiatan fisik dan dapat meluas ke bidang-bidang perilaku lain.
- Kecanggungan
  Keterampilan motorik berperan penting baik untuk bermain maupun sekolah, anak yang kaku merasa kekakuan dan kecanggungannya dalam situasi tertentu dan tampak jelas oleh orang lain. Ini mendorong perasaan tidak mampu yang dapat menjadi dasar untuk kompleks rendah diri.
- Ketidakmampuan Fisik
  Kebanyakan anak menjadi terhambat dan menjadi canggung dalam situasi sosial, sehingga penyesuaian sosial menjadi buruk dan ini selanjutnya mempengaruhi penyesuaian pribadi.

B. Bahaya Psikologi

- Akibat dari bahaya psikologi
  Tanda-tanda yang umum adanya kesulitan di masa depan yang disebabkan oleh ketidakpuasan pribadi antara lain kebiasaan menarik diri, sifat mudah dirangsang yang berlebihan sangat membenci otoritas, depresi yang kronis, meninggikan diri sendiri dengan jalan merendahkan orang lain, hiperaktif dan kecemasan kronis atau emosi yang "mati".
- Bahaya Sosial
  Terdapat lima jenis anak yang penyesuaiannya dipengaruhi oleh bahaya sosial:

  Pertama, anak yang ditolak atau diabaikan oleh kelompok teman akan kurang mempunyai kesempatan untuk belajar bersifat sosial.

Kedua, anak yang terkucil yang tidak memiliki persamaan dengan kelompok teman-teman akan menganggap dirinya "berbeda" dan merasa tidak mempunyai kesempatan untuk diterima oleh teman-temannya.

Ketiga, anak yang mobilitas sosial dan grafisnya tinggi mengalami kesulitan untuk diterima oleh anggota kelompok yang telah terbentuk.

Keempat, anak yang berasal dari kelompok ras atau kelompok agama yang terkena prasangka.

Kelima, para pengikut yang menjadi pemimpin kemudian menjadi anak yang penuh dengki dan tidak puas.

- Bahaya dalam Penggolongan Peran Seks
  Ada dua bahaya umum dalam penggolongan peran seks yaitu kegagalan untuk mempelajari organ-organ peran seks yang dianggap pantas oleh teman-teman sebaya, dan ketidakmauan untuk melakukan peran seks yang disetujui. Bahaya pertama cenderung berkembang bila anak dibesarkan oleh keluarga di mana orangtuanya melakukan peran seks yang berbeda dengan peran orang tua lainnya.
  Bahaya kedua berkembang bilamana anak laki-laki diharapkan melakukan peran sederajat dan anak perempuan diharapkan melakukan peran-peran tradisional.

- Bahaya Hubungan Keluarga
  Pertentangan dengan anggota keluarga mengakibatkan dua hal. Melemahkan ikatan keluarga dan menimbulkan kebiasaan pola penyesuaian yang buruk serta masalah-masalah yang dibawa keluar rumah.

Usaha untuk Mengatasi Kurangnya Dukungan Sosial

Dengan bimbingan dapat mencapai pola-pola perilaku yang dapat diterima secara sosial. Yang juga penting anak harus belajar bahwa apa yang disenangi teman-teman pada saat ini belum menjamin bahwa hal ini juga disenangi teman nantinya. Akibatnya anak

harus mengubah pola perilaku untuk menyesuaikan diri dengan pola kelompok kalau anggota kelompok secara sosial menjadi lebih matang.

KEBAHAGIAAN PADA AKHIR MASA KANAK-KANAK

Anak yang berbahagia pada akhir masa kanak-kanak belum tentu merasa bahagia pada tahap selanjutnya, tetapi kondisi yang menimbulkan kebahagiaan dalam periode ini juga akan menimbulkan kebahagiaan pada periode berikutnya.

Anak yang memandang dirinya secara realistis dan yang pengalaman kegagalannya menjadi cambuk untuk mencari cara-cara yang lebih baik guna mencapai tujuan atau dijadikan dorongan untuk mengubah harapan agar sesuai dengan kemampuannya kalau besar nanti tidak akan mengalami ketidakbahagiaan akibat kegagalan yang berulang-ulang dan perasaan-perasaan yang tidak mampu serta rendah diri yang biasanya menyertai kegagalan.

KESIMPULAN

1. Akhir masa kanak-kanak yang berlangsung dari enam sampai anak mencapai kematangan seksual, yaitu sekitar 13 tahun bagi anak perempuan dan 14 tahun bagi anak laki-laki oleh orang tua disebut sebagai masa menyulitkan. Oleh para pendidik disebut usia “sekolah dasar” dan oleh ahli psikologi disebut “usia kelompok” atau “usia kreatif”.
2. Pertumbuhan fisik yang lambat pada akhir masa kanak-kanak dipengaruhi oleh kesehatan, gizi, seks, dan inteligensi.
3. Keterampilan pada akhir masa kanak-kanak secara kasar dapat digolongkan kedalam empat golongan: keterampilan menolong diri; menolong sosial; sosial; dan bermain.
4. Akhir masa kanak-kanak disebut “usia berkelompok” karena anak berminat akan kegiatan dengan teman-teman dan ingin menjadi bagian dari kelompok yang mengharapkan anak untuk menyesuaikan diri dengan pola perilaku.

5. Pada akhir masa kanak-kanak, sebagian besar anak mengembangkan kode moral yang dipengaruhi oleh standar moral kelompoknya dan hati nurani yang membimbingnya sebagai pengganti pengawasan dari luar yang diperlakukan pada waktu anak masih kecil, sekalipun demikian pelanggaran rumah di sekolah dan di lingkungan.

SARAN

1. Untuk anak usia antara 6 sampai 12 tahun seharusnya masih butuh pendamping orang tua dalam pembentukan jati dirinya sendiri
2. Sebaiknya peran orang tua dalam pembentukan karakter anak harus sebanding dengan apa yang didapatkan oleh anak di luar rumah.
3. Sebaiknya anak-anak pada usia ini dijaga dengan baik, baik dalam pergaulannya di luar lingkungan keluarga maupun dalam keluarga.

BAB 8

MASA REMAJA

PENGERTIAN PSIKOLOGI PERKEMBANGAN DAN MAKNA REMAJA

Psikologi perkembangan merupakan ilmu yang mempelajari karakteristik setiap fase-fase perkembangan. Dalam hal ini, penulis merasa tertarik untuk mengetahui karakteristik perkembangan fase remaja, hal-hal apa saja yang mempengaruhi psikologi perkembangan pada fase remaja, serta problematika pacaran pada masa remaja.

A. Pengertian Psikologi Perkembangan

Psikologi perkembangan merupakan cabang dari psikologi yang mempelajari proses perkembangan individu, baik sebelum maupun setelah kelahiran berikut kematangan perilaku (J.P. Chaplin, 1979). Psikologi perkembangan merupakan cabang psikologi yang mempelajari perubahan tingkah laku dan kemampuan sepanjang proses perkembangan individu dari masa konsepsi sampai mati. (Ross Vasta, dkk., 1992)

B. Makna Remaja

Kata “remaja” berasal dari bahasa Latin yaitu *adolescene* yang berarti *to grow* atau *to grow maturity* (Golinko, 1984 dalam Rice, 1990). Banyak tokoh yang memberikan definisi tentang remaja, se-

perti DeBrun (dalam Rice, 1990) mendefinisikan remaja sebagai periode pertumbuhan antara masa kanak-kanak dan dewasa. Papalia dan Olds (2001), tidak memberikan pengertian remaja (*adolescent*) secara eksplisit melainkan secara implisit melalui pengertian masa remaja (*adolescence*).

Menurut Papalia dan Olds (2001), masa remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang pada umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia akhir belasan tahun atau awal dua puluhan tahun.

Menurut Adams dan Gullota (dalam Aaro, 1997), masa remaja meliputi usia antara 11 hingga 20 tahun. Adapun Hurlock (1990), membagi masa remaja menjadi masa remaja awal (13 hingga 16 atau 17 tahun) dan masa remaja akhir (16 atau 17 tahun hingga 18 tahun). Masa remaja awal dan akhir dibedakan oleh Hurlock karena pada masa remaja akhir individu telah mencapai transisi perkembangan yang lebih mendekati masa dewasa.

Papalia dan Olds (2001), berpendapat bahwa masa remaja merupakan masa antara kanak-kanak dan dewasa. Adapun Anna Freud (dalam Hurlock, 1990), berpendapat bahwa pada masa remaja terjadi proses perkembangan meliputi perubahan-perubahan yang berhubungan dengan perkembangan psikoseksual, dan juga terjadi perubahan dalam hubungan dengan orang tua dan cita-cita mereka, di mana pembentukan cita-cita merupakan proses pembentukan orientasi masa depan.

Transisi perkembangan pada masa remaja berarti sebagian perkembangan masa kanak-kanak masih dialami namun sebagian kematangan masa dewasa sudah dicapai (Hurlock, 1990). Bagian dari masa kanak-kanak itu antara lain proses pertumbuhan biologis misalnya tinggi badan masih terus bertambah. Adapun bagian dari masa dewasa antara lain proses kematangan semua organ tubuh termasuk fungsi reproduksi dan kematangan kognitif yang ditandai dengan mampu berpikir secara abstrak. (Hurlock, 1990; Papalia & Olds, 2001)

Yang dimaksud dengan perkembangan adalah perubahan yang terjadi pada rentang kehidupan (Papalia dan Olds, 2001). Perubahan

ini dapat terjadi secara kuantitatif, misalnya pertambahan tinggi atau berat tubuh; dan kualitatif, misalnya perubahan cara berpikir secara konkret menjadi abstrak (Papalia dan Olds, 2001). Perkembangan dalam kehidupan manusia terjadi pada aspek-aspek yang berbeda. Ada tiga aspek perkembangan yang dikemukakan Papalia dan Olds (2001) yaitu: (1) perkembangan fisik; (2) kognitif; dan (3) kepribadian dan sosial.

TAHUN-TAHUN MASA REMAJA

Lazimnya, masa remaja dianggap mulai pada saat anak secara seksual menjadi matang dan berakhir saat mencapai usia matang secara hukum. Namun penelitian tentang perubahan perilaku, sikap, dan nilai-nilai sepanjang masa remaja tidak hanya menunjukkan bahwa setiap perubahan terjadi lebih cepat pada awal masa remaja daripada tahap akhir masa remaja, tetapi juga menunjukkan bahwa perilaku, sikap, dan nilai-nilai pada awal masa remaja berbeda dengan pada akhir masa remaja. Dengan demikian, secara umum masa remaja dibagi menjadi dua bagian, yaitu **awal dan akhir masa remaja**.

Garis pemisah antara awal dan akhir masa remaja terletak kira-kira di sekitar usia 17 tahun; usia di mana rata-rata setiap remaja memasuki sekolah menengah tingkat atas. Dan melanjutkan pendidikan tinggi, mendorong sebagian besar remaja untuk berperilaku lebih matang.

Karena rata-rata laki-laki lebih lambat matang daripada anak perempuan, maka laki-laki mengalami periode awal masa remaja yang lebih singkat, meskipun pada usia 18 tahun ia telah dianggap dewasa, seperti halnya anak perempuan. Akibatnya, sering kali laki-laki tampak kurang matang untuk usianya dibandingkan dengan perempuan. Namun adanya status yang lebih matang, sangat berbeda dengan perilaku remaja yang lebih muda.

Awal masa remaja berlangsung kira-kira dari 13 tahun sampai 16-17 tahun, dan akhir masa remaja bermula dari usia 16 atau 17 tahun hingga 18 tahun, yaitu usia matang secara hukum. Dengan demikian akhir masa remaja merupakan periode yang sangat singkat.

TAHAP PUBERTAS

A. Tahap Prapuber

Tahap ini bertumpang-tindih dengan satu atau dua tahun terakhir masa kanak-kanak pada saat anak dianggap sebagai "prapuber" yaitu bukan lagi seorang anak tetapi belum juga seorang remaja. Dalam tahap prapuber (atau tahap "pematangan"), ciri-ciri seks sekunder mulai tampak tetapi organ-organ reproduksi belum sepenuhnya berkembang.

B. Tahap Puber

Tahap ini terjadi pada garis pembagi antara masa kanak-kanak dan masa remaja; saat di mana kriteria kematangan seksual muncul haid pada anak perempuan dan pengalaman akan basah pertama kali di malam hari (atau tahap "matang") ciri-ciri seks sekunder terus berkembang dan sel-sel diproduksi dalam organ-organ seks.

C. Tahap Pascapuber

Tahap ini bertumpang-tindih dengan tahun pertama atau kedua masa remaja. Selama tahap ini, ciri-ciri seks sekunder telah berkembang baik dan organ-organ seks mulai berfungsi dengan matang.

Perubahan-perubahan pesat yang terjadi selama masa puber menimbulkan keraguan, perasaan tidak mampu, dan tidak aman, dan dalam banyak kasus mengakibatkan perilaku yang kurang baik. Dalam membahas perubahan-perubahan ini, Dunbar menyatakan(16):

> Selama periode ini, anak yang sedang berkembang mengalami berbagai perubahan dalam tubuh, perubahan dalam status termasuk penampilan, pakaian, milik, jangkauan pilihan, dan perubahan dalam sikap terhadap seks dan lawan jenis. Kesemuanya meliputi hubungan orang tua-anak yang berubah dan perubahan dalam peraturan-peraturan yang dikenakan kepada anak muda.

1. Masa Puber Merupakan Fase Negatif

Bertahun-tahun yang lalu, Charlotte Buhler menamakan masa puber sebagai fase negatif. Istilah fase menunjukkan periode yang berlangsung singkat; negatif berarti bahwa individu mengambil sikap "anti" terhadap kehidupan atau kelihatannya sifat-sifat baik sebelumnya telah berkembang.

2. Puberitas Terjadi pada Berbagai Usia

Dapat terjadi setiap saat antar-usia lima atau enam dan sembilan belas tahun. Juga terdapat perbedaan waktu yang perlu untuk menyelesaikan proses perubahan masa puber. Ini berkisar rata-rata dua sampai empat tahun, sedikit lebih singkat daripada waktu yang diperlukan anak laki-laki.

3. Kriteria Pubertas

Kriteria yang paling sering digunakan untuk menentukan timbulnya pubertas dan untuk memastikan tahap pubertas tertentu yang telah dicapai ialah haid, basah malam, bukti yang telah diperoleh dari analisis kimia terhadap air seni, dan foto sinar X dari perkembangan tulang.

4. Sebab-sebab Pubertas

Sampai saat ini perubahan fisik yang terjadi pada masa puber masih merupakan misteri. Dengan demikian, banyaknya riset di bidang endokrinologi, ilmu medis telah mampu menetapkan sebab yang pasti dari perubahan fisik, meskipun sampai sekarang ahli-ahli endokrinologi tidak dapat menerangkan adanya keanekaragaman dalam usia puber dan waktu yang diperlukan untuk menyelesaikan perubahan-perubahan pubertas.

Pada saat ini, diketahui bahwa sekitar lima tahun sebelum anak secara seksual menjadi matang, pengeluaran hormon-hormon seks baik pada anak laki-laki maupun perempuan jarang terjadi. Jumlah hormon yang dikeluarkan semakin meningkat dan ini mengakibatkan matangnya struktur dan fungsi dari fungsi organ-organ seks.

D. Kondisi-kondisi yang Menyebabkan Perubahan Pubertas

1. Peran Kelenjar Pituitary

Kelenjar *pituitary* mengeluarkan dua hormon; hormon pertumbuhan dan gonadotrofik yang merangsang gonad untuk meningkatkan kegiatan.

2. Peranan Gonad

Dengan pertumbuhan dan perkembangan gonad, organ-organ seks yaitu ciri-ciri seks primer bertambah besar dan fungsinya menjadi matang dan ciri-ciri seks sekunder seperti rambut kemaluan mulai berkembang.

3. Interaksi Kelenjar Pituitary dan Gonad

Hormon yang dikeluarkan oleh gonad, yang telah dirangsang oleh hormon gonadotrofik yang dikeluarkan oleh kelenjar *pituitary*, selanjutnya bereaksi terhadap kelenjar ini dan menyebabkan berangsur-angsur penurunan hormon pertumbuhan yang dikeluarkan sehingga menghentikan proses pertumbuhan. Interaksi antara hormon gonadotrofik dan gonad berlangsung terus sepanjang kehidupan reproduksi individu dan lambat laun berkurang menjelang wanita mendekati menopause dan pria mendekati *climacteric*.

E. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Sikap Remaja Terhadap Pendidikan

1. Sikap teman sebaya: berorientasi sekolah atau kerja.
2. Sikap orang tua: menganggap pendidikan sebagai batu loncatan ke arah mobilitas sosial atau hanya sebagai suatu kewajiban karena diharuskan oleh hukum.
3. Nilai-nilai, yang menunjukkan keberhasilan atau kegagalan akademis.
4. Relevansi atau nilai praktis dari berbagai mata pelajaran.
5. Sikap terhadap guru-guru, pegawai tata usaha, dan kebijaksanaan akademis serta disiplin.

6. Keberhasilan dalam berbagai kegiatan ekstrakurikuler.
7. Derajat dukungan sosial di antara teman-teman sekelas.

F. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Menyimpang Pada Remaja

Kelalaian orang tua dalam mendidik (memberikan ajaran dan bimbingan tentang nilai-nilai agama.

Perilaku Menyimpang Remaja antara lain:

1. Pergaulan negatif (teman bergaul yang sikap dan perilakunya kurang memerhatikan nilai-nilai moral).
2. Beredarnya film-film atau bacaan-bacaan porno.
3. Kurang dapat memanfaatkan waktu luang.
4. Kehidupan moralitas masyarakat yang bobrok.
5. Hidup menganggur.
6. Kehidupan ekonomi keluarga yang morat-marit (miskin/fakir).
7. Diperjualbelikannya minuman keras/obat-obatan terlarang secara bebas.
8. Penjualan alat-alat kontrasepsi yang kurang terkontrol.
9. Perceraian orang tua.
10. Perselisihan atau konflik orang tua (antara anggota keluarga).
11. Sikap perlakuan orang tua yang buruk terhadap anak.

PERKEMBANGAN MASA REMAJA

Masa remaja adalah masa datangnya pubertas (11-14) sampai usia sekitar 18 tahun, masa transisi dari kanak-kanak ke dewasa. Masa ini hampir selalu merupakan masa-masa sulit bagi remaja maupun orang tuanya. Ada sejumlah alasan untuk ini:

1. Remaja mulai menyampaikan kebebasan dan haknya untuk mengemukakan pendapatnya sendiri. Tidak terhindarkan, ini dapat menciptakan ketegangan dan perselisihan, dan dapat menjauhkan ia dari keluarganya.

2. Remaja lebih mudah dipengaruhi teman-temannya daripada ketika masih lebih muda. Ini berarti pengaruh orang tua pun melemah. Anak remaja berperilaku dan mempunyai kesenangan yang berbeda bahkan bertentangan dengan perilaku dan kesenangan keluarga. Contoh-contoh yang umum yaitu mode pakaian, potongan rambut atau musik, yang semuanya harus mutakhir.
3. Remaja mengalami perubahan fisik yang luar biasa, baik pertumbuhan maupun seksualitasnya. Perasaan seksual yang mulai muncul dapat menakutkan, membingungkan, dan menjadi sumber perasaan salah dan frustrasi.
4. Remaja sering menjadi terlalu percaya diri dan ini bersama-sama dengan emosinya yang biasanya meningkat, mengakibatkan ia sukar menerima nasihat orang tua.

Ada sejumlah kesulitan yang sering dialami kaum remaja yang betapa pun menjemukan bagi mereka dan orang tua mereka, dan merupakan bagian yang normal dari perkembangan ini.

Beberapa kesulitan atau bahaya yang mungkin dialami kaum remaja, antara lain:

1. Variasi kondisi kejiwaan, suatu saat mungkin ia terlihat pendiam, cemberut, dan mengasingkan diri tetapi pada saat yang lain ia terlihat sebaliknya, periang, berseri-seri, dan yakin. Perilaku yang sukar ditebak dan berubah-ubah ini bukanlah abnormal. Ini hanya perlu diprihatinkan bila ia terjerumus dalam kesulitan di sekolah atau dengan teman-temannya.
2. Rasa ingin tahu seksual dan coba-coba, hal ini normal dan sehat. Rasa ingin tahu seksual dan bangkitnya berahi ialah normal dan sehat. Ingat, bahwa perilaku tertarik pada seks sendiri juga merupakan ciri yang normal pada perkembangan masa remaja. Rasa ingin tahu seksual dan berahi jelas menimbulkan bentuk-bentuk perilaku seksual.
3. Membolos, tidak ada gairah atau malas ke sekolah sehingga ia lebih suka membolos masuk sekolah.

4. Perilaku antisosial, seperti suka mengganggu, berbohong, kejam, dan agresif. Sebabnya mungkin bermacam-macam dan banyak tergantung pada budayanya. Akan tetapi, penyebab yang mendasar ialah pengaruh buruk teman, dan kedisiplinan yang salah dari orang tua terutama bila terlalu keras atau terlalu lunak dan sering tidak ada sama sekali.
5. Penyalahgunaan obat bius.
6. Psikosis, bentuk psikosis yang paling dikenal orang ialah skizofernia.

Apa yang harus Anda lakukan bila Anda merasa cemas terhadap anak remaja Anda:

Langkah pertama, ialah bertanya kepada diri sendiri apakah perilaku yang mencemaskan itu ialah perilaku yang normal pada anak remaja. Misalnya, adalah pemurung, suka melawan, lebih senang sendiri atau bersama teman-temannya daripada bersama Anda. Anak remaja Anda ingin menunjukkan bahwa ia berbeda dengan Anda. Hal ini dilakukan dengan berpakaian menurut mode mutakhir, begitu pula dengan kesenangannya pada potongan rambut dan musik. Semua ini sangat normal, asal perilaku tersebut tidak membahayakan, Anda tidak perlu prihatin.

Tindakan selanjutnya ialah menetapkan batas dan mempertahankannya. Menetapkan batas ini sangatlah penting, tetapi batas-batas ini haruslah cukup lebar untuk memungkinkan eksplorasi yang sehat.

- Bila perilaku anak Anda membahayakan atau melampaui batas-batas yang Anda harapkan, langkah berikutnya ialah memahami apa yang tidak beres.
- Depresi dan perilaku yang membahayakan diri selalu merupakan respons terhadap stres yang tidak dapat diatasinya.
- Anak remaja yang berperilaku atau suka membolos sering kali akibat meniru dan mengikuti teman-temannya, dan merupakan respons dari sikap orang tua yang terlalu ketat atau longgar.

- Minum-minuman alkohol dan mengisap ganja biasanya merupakan respons terhadap stres dan akibat meniru teman. Masalah seksual paling sering mencerminkan adanya kesulitan diri dalam proses pendewasaan.

Secara umum, masalah yang terjadi pada remaja dapat diatasi dengan baik jika orang tuanya termasuk orang tua yang "cukup baik". Donald Winnscott, seorang psikoanalisis dari Inggris memperkenalkan istilah *good enough mothering,* ia menggunakan istilah ini untuk mengacu pada kemampuan seorang ibu untuk mengenali dan memberi respons terhadap kebutuhan anaknya, tanpa harus menjadi ibu yang sempurna. Sekarang laki-laki pun telah "diikutsertakan", sehingga cukup beralasan untuk membicarakan tentang "menjadi orang tua yang cukup baik."

Tugas-tugas yang dilakukan oleh orang tua yang cukup baik, secara garis besar adalah:

1. Memenuhi kebutuhan fisik yang paling pokok; sandang, pangan, dan kesehatan.
2. Memberikan ikatan dan hubungan emosional, hubungan yang erat ini merupakan bagian penting dari perkembangan fisik dan emosional yang sehat dari seorang anak.
3. Memberikan sutu landasan yang kukuh, ini berarti memberikan suasana rumah dan kehidupan keluarga yang stabil.
4. Membimbing dan mengendalikan perilaku.
5. Memberikan berbagai pengalaman hidup yang normal, hal ini diperlukan untuk membantu anak Anda matang dan akhirnya mampu menjadi seorang dewasa yang mandiri. Sebagian besar orang tua tanpa sadar telah memberikan pengalaman-pengalaman ini secara alami.
6. Mengajarkan cara berkomunikasi, orang tua yang baik mengajarkan anak untuk mampu menuangkan pikiran ke dalam kata-kata dan memberi nama pada setiap gagasan, mengutarakan gagasan-gagasan yang rumit dan berbicara tentang hal-hal yang terkadang sulit untuk dibicarakan seperti ketakutan dan amarah.

7. Membantu anak Anda menjadi bagian dari keluarga.
8. Memberi teladan.

PERKEMBANGAN SEKS REMAJA PUTRI

Pada umumnya, manusia menginjak usia remaja mulai mengalami kematangan seksual. Secara fisik, kematangan seksual usia remaja muncul pubertas yang menunjukkan mulainya kehidupan reproduktif dewasa. Pada remaja putri, ciri-ciri fisik awal yang tampak ialah membesarnya puting dan payudara yang merupakan keindahan yang mengawali kesempurnaan sebagai wanita. Di sekitar kemaluan dan ketiak mulai tumbuh rambut, lemak badan juga bertambah di sekitar bagian pinggul termasuk bagian perut dan atas paha, sehingga terbentuklah tubuh khas wanita yang indah. Ciri lain yang muncul ialah mulainya siklus menstruasi. Menstruasi awal yang terjadi pada remaja putri biasanya dialami antara usia 10 hingga 16 tahun.

Mengatasi Gangguan Haid

Gangguan haid dapat terjadi pada setiap wanita, seperti rasa nyeri saat haid dan ketidakteraturan haid. Langkah-langkah yang dapat dilakukan yaitu:

1. Memeriksakan diri jika terjadi gangguan pada masa-masa haid yang timbul secara berurutan.
2. Mengatur pola pikir terhadap pekerjaan yang dijalani yang dapat mengatasi konflik emosional.
3. Berpikir positif terhadap kodrat sebagai wanita bahwa pasti mengalami haid, yang bukan merupakan sesuatu yang asing atau sesuatu yang ditakuti.
4. Pola hidup yang teratur, berusaha memenuhi hari-harinya dengan kegiatan yang positif dan menyenangkan, bersikap wajar terhadap makanan berkualitas tinggi, dan istirahat yang cukup.

PERKEMBANGAN REMAJA MASA KINI

Pergaulan remaja saat ini perlu mendapat sorotan yang utama, karena pada masa sekarang pergaulan remaja sangat mengkhawatirkan dikarenakan perkembangan arus modernisasi yang mendunia serta menipisnya moral serta keimanan seseorang khususnya remajanya pada saat ini. Ini sangat mengkhawatirkan bangsa karena di tangan generasi mudalah bangsa ini akan dibawa, baik buruknya bangsa ini sangat tergantung dengan generasi muda.

Generasi muda saat ini kurang memiliki rasa cinta Tanah Air, ini dapat dilihat dari lebih gemarnya anak muda untuk pergi ke bioskop daripada ke museum-museum sejarah perjuangan bangsa, mengapa hal ini dapat terjadi? Ada beberapa kemungkinan yang dapat kita ambil dari hal ini yakni yang pertama kurangnya pemupukan rasa cinta Tanah Air semenjak kecil, sinetron-sinetron yang ditayangkan di televisi merupakan tayangan yang kurang produktif bagi perkembangan anak, selain itu hal-hal yang terkait dengan Bangsa ini tidak mendapat sorotan yang tajam mengenai budaya, masalah sosial yang dapat menimbulkan rasa cinta Tanah Air. Hal lain yang dapat menjadi penyebab yakni pendidikan yang kurang sehingga dapat menyebabkan seseorang tidak tahu akan bangsanya sendiri. Pergaulan remaja saat ini sangat mengkhawatirkan, ini dapat dilihat dari beberapa hal yakni tingginya angka pemakai narkoba di kalangan remaja, dan adanya seks bebas di kalangan remaja di luar nikah. Ini sangat mengkhawatirkan bagi bangsa Indonesia yaitu krisis moral yang terjadi di kalangan remaja. Hal ini perlu diatasi agar tidak menyebabkan kemandulan dalam bangsa karena perlu diingat lagi bahwa masa depan bangsa sangat tergantung pada generasi muda, upaya pencegahan yang perlu dilakukan oleh kita semua misalnya saja dengan pendidikan formal yang didalamnya ada suatu pendidikan moral selain pendidikan keagamaan yakni adanya pendidikan tentang bahaya narkoba, hubungan seks di luar nikah, serta pentingnya pendidikan budi pekerti yang harus dijalankan. Sebab baik buruk kelakuan seseorang bermula dari baik buruknya iman yang tertanam serta budi pekerti tiap individu. Hal ini merupakan tanggung jawab seluruh elemen agar hal-hal sep-

erti ini tidak terjadi dan dapat diatasi. Hal-hal yang dapat dilakukan yakni peran orang tua di dalam keluarga dalam mengawasi tingkah laku anak namun tidak berhak bertindak otoriter terhadap anak, dan dapat menjalankan fungsi sebagai orang tua dengan baik, di antaranya memberikan kasih sayang, pendidikan budi pekerti, serta mengajarkan cinta kasih terhadap sesama. Sehingga terjadi keselarasan antara anak dan dirinya serta lingkungan keluarganya.

ASPEK-ASPEK PERKEMBANGAN PADA MASA REMAJA

A. Perkembangan Fisik

Perkembangan fisik adalah perubahan-perubahan pada tubuh, otak, kapasitas sensoris, dan keterampilan motorik (Papalia dan Olds, 2001). Perubahan pada tubuh ditandai dengan pertambahan tinggi dan berat tubuh, pertumbuhan tulang dan otot, dan kematangan organ seksual dan fungsi reproduksi. Tubuh remaja mulai beralih dari tubuh kanak-kanak menjadi tubuh orang dewasa yang cirinya ialah kematangan. Perubahan fisik otak strukturnya semakin sempurna untuk meningkatkan kemampuan kognitif. (Piaget dalam Papalia dan Olds, 2001)

B. Perkembangan Kognitif

Menurut Piaget (dalam Santrock, 2001), seorang remaja termotivasi untuk memahami dunia karena perilaku adaptasi secara biologis mereka. Dalam pandangan Piaget, remaja secara aktif membangun dunia kognitif mereka, di mana informasi yang didapatkan tidak langsung diterima begitu saja ke dalam skema kognitif mereka. Remaja telah mampu membedakan antara hal-hal atau ide-ide yang lebih penting dibanding ide lainnya, lalu remaja juga menghubungkan ide-ide ini. Seorang remaja tidak saja mengorganisasikan apa yang dialami dan diamati, tetapi remaja mampu mengolah cara berpikir mereka sehingga memunculkan suatu ide baru. *Perkembangan kognitif* adalah *perubahan kemampuan mental seperti belajar, memori, menalar, berpikir, dan bahasa*. Piaget (dalam Papalia

dan Olds, 2001), mengemukakan bahwa pada masa remaja terjadi kematangan kognitif, yaitu interaksi dari struktur otak yang telah sempurna dan lingkungan sosial yang semakin luas untuk eksperimentasi memungkinkan remaja untuk berpikir abstrak. Piaget menyebut tahap perkembangan kognitif ini sebagai *tahap operasi formal* (dalam Papalia dan Olds, 2001).

Tahap *formal operations* adalah suatu tahap di mana seseorang telah mampu berpikir secara abstrak. Seorang remaja tidak lagi terbatas pada hal-hal yang aktual, serta pengalaman yang benar-benar terjadi. Dengan mencapai tahap operasi formal, remaja dapat berpikir dengan fleksibel dan kompleks. Seorang remaja mampu menemukan alternatif jawaban atau penjelasan tentang suatu hal. Berbeda dengan seorang anak yang baru mencapai tahap operasi konkret yang hanya mampu memikirkan satu penjelasan untuk suatu hal. Hal ini memungkinkan remaja berpikir secara hipotetis. Remaja telah mampu memikirkan suatu situasi yang masih berupa rencana atau suatu bayangan (Santrock, 2001). Remaja dapat memahami bahwa tindakan yang dilakukan pada saat ini dapat memiliki efek pada masa yang akan datang. Dengan demikian, seorang remaja mampu memperkirakan konsekuensi dari tindakannya, termasuk adanya kemungkinan yang dapat membahayakan dirinya.

Pada tahap ini, remaja juga telah mulai mampu berspekulasi tentang sesuatu, di mana mereka telah mulai membayangkan sesuatu yang diinginkan di masa depan. Perkembangan kognitif yang terjadi pada remaja juga dapat dilihat dari kemampuan seorang remaja untuk berpikir lebih logis. Remaja telah mulai mempunyai pola berpikir sebagai peneliti, di mana mereka mampu membuat suatu perencanaan untuk mencapai suatu tujuan di masa depan (Santrock, 2001). Salah satu bagian perkembangan kognitif masa kanak-kanak yang belum sepenuhnya ditinggalkan oleh remaja ialah kecenderungan cara berpikir egosentrisme (Piaget dalam Papalia dan Olds, 2001). *Egosentrisme* di sini adalah *ketidakmampuan melihat suatu hal dari sudut pandang orang lain* (Papalia dan Olds, 2001). Elkind (dalam Beyth-Marom et al., 1993; dalam Papalia dan Olds, 2001), mengungkapkan salah

satu bentuk cara berpikir egosentrisme yang dikenal dengan istilah personal fabel. *Personal fabel* adalah *suatu cerita yang kita katakan pada diri kita sendiri mengenai diri kita sendiri, tetapi [cerita] ini tidaklah benar*. Kata fabel berarti cerita rekaan yang tidak berdasarkan fakta, biasanya dengan tokoh-tokoh hewan. Personal fabel biasanya berisi keyakinan bahwa diri seseorang ialah unik dan memiliki karakteristik khusus yang hebat, yang diyakini benar adanya tanpa menyadari sudut pandang orang lain dan fakta sebenarnya. Papalia dan Olds (2001) dengan mengutip Elkind menjelaskan personal fabel sebagai berikut: *Personal fabel* adalah *keyakinan remaja bahwa diri mereka unik dan tidak terpengaruh oleh hukum alam*. *Belief egosentrik* ini mendorong perilaku merusak diri [*self-destructive*] oleh remaja yang berpikir bahwa diri mereka secara magis terlindung dari bahaya. Misalnya, seorang remaja putri berpikir bahwa dirinya tidak mungkin hamil (karena perilaku seksual yang dilakukannya), atau seorang remaja pria berpikir bahwa ia tidak akan sampai meninggal dunia di jalan raya (saat mengendarai mobil), atau remaja yang mencoba-coba obat terlarang (drugs) berpikir bahwa ia tidak akan mengalami kecanduan. Remaja biasanya menganggap bahwa hal-hal itu hanya terjadi pada orang lain, bukan pada dirinya. Pendapat Elkind bahwa remaja memiliki semacam perasaan *invulnerability* yaitu keyakinan bahwa diri mereka tidak mungkin mengalami kejadian yang membahayakan diri, merupakan kutipan yang populer dalam penjelasan berkaitan perilaku berisiko yang dilakukan remaja (Beyth-Marom, dkk., 1993). Umumnya dikemukakan bahwa remaja biasanya dipandang memiliki keyakinan yang tidak realistis yaitu mereka dapat melakukan perilaku yang dipandang berbahaya tanpa kemungkinan mengalami bahaya ini. Beyth-Marom, dkk., (1993), kemudian membuktikan bahwa ternyata baik remaja maupun orang dewasa memiliki kemungkinan yang sama untuk melakukan atau tidak melakukan perilaku yang berisiko merusak diri (*self-destructive*). Mereka juga mengemukakan adanya derajat yang sama antara remaja dan orang dewasa dalam mempersepsi *self-invulnerability*. Dengan demikian, kecenderungan melakukan perilaku berisiko dan kecenderungan mempersepsi diri *invulnerable*

menurut Beyth-Marom, dkk., pada remaja dan orang dewasa adalah sama.

C. Perkembangan Kepribadian dan Sosial

Perkembangan kepribadian adalah perubahan cara individu berhubungan dengan dunia dan menyatakan emosi secara unik; sedangkan perkembangan sosial berarti perubahan dalam berhubungan dengan orang lain (Papalia dan Olds, 2001). Perkembangan kepribadian yang penting pada masa remaja ialah pencarian identitas diri. Pencarian identitas diri adalah proses menjadi seseorang yang unik dengan peran yang penting dalam hidup (Erikcson dalam Papalia dan Olds, 2001). Perkembangan sosial pada masa remaja lebih melibatkan kelompok teman sebaya dibanding orang tua (Conger, 1991; Papalia & Olds, 2001). Dibanding pada masa kanak-kanak, remaja lebih banyak melakukan kegiatan di luar rumah seperti kegiatan sekolah, ekstrakurikuler, dan bermain dengan teman (Conger, 1991; Papalia dan Olds, 2001). Dengan demikian, pada masa remaja peran kelompok teman sebaya ialah besar. Pada diri remaja, pengaruh lingkungan dalam menentukan perilaku diakui cukup kuat. Walaupun remaja telah mencapai tahap perkembangan kognitif yang memadai untuk menentukan tindakannya sendiri, namun penentuan diri remaja dalam berperilaku banyak dipengaruhi oleh tekanan dari kelompok teman sebaya (Conger, 1991). Kelompok teman sebaya diakui dapat mempengaruhi pertimbangan dan keputusan seorang remaja tentang perilakunya (Beyth-Marom, et al., 1993; Conger, 1991; Deaux, *et. al.*, 1993; Papalia dan Olds, 2001). Conger (1991) dan Papalia dan Olds (2001), mengemukakan bahwa kelompok teman sebaya merupakan sumber referensi utama bagi remaja dalam hal persepsi dan sikap yang berkaitan dengan gaya hidup. Bagi remaja, teman-teman menjadi sumber informasi misalnya mengenai bagaimana cara berpakaian yang menarik, musik, atau film apa yang bagus. (Conger, 1991)

CIRI-CIRI MASA REMAJA

Masa remaja adalah suatu masa perubahan. Pada masa remaja terjadi perubahan yang cepat baik secara fisik, maupun psikologis. Ada beberapa perubahan yang terjadi selama masa remaja:

1. Peningkatan emosional yang terjadi secara cepat pada masa remaja awal yang dikenal sebagai *masa storm & stress*. Peningkatan emosional ini merupakan hasil dari perubahan fisik terutama hormon yang terjadi pada masa remaja. Dari segi kondisi sosial, peningkatan emosi ini merupakan tanda bahwa remaja berada dalam kondisi baru yang berbeda dari masa sebelumnya. Pada masa ini banyak tuntutan dan tekanan yang ditujukan pada remaja, misalnya mereka diharapkan untuk tidak lagi bertingkah seperti anak-anak, mereka harus lebih mandiri, dan bertanggung jawab. Kemandirian dan tanggung jawab ini akan terbentuk seiring berjalannya waktu, dan akan tampak jelas pada remaja akhir yang duduk di awal-awal masa kuliah.
2. Perubahan yang cepat secara fisik yang juga disertai kematangan seksual. Terkadang perubahan ini membuat remaja merasa tidak yakin akan diri dan kemampuan mereka sendiri. Perubahan fisik yang terjadi secara cepat, baik perubahan internal seperti sistem sirkulasi, pencernaan, dan sistem respirasi maupun perubahan eksternal seperti tinggi badan, berat badan, dan proporsi tubuh sangat berpengaruh terhadap konsep diri remaja.
3. Perubahan dalam hal yang menarik bagi dirinya dan hubungan dengan orang lain. Selama masa remaja banyak hal-hal yang menarik bagi dirinya dibawa dari masa kanak-kanak digantikan dengan hal menarik yang baru dan lebih matang. Hal ini juga dikarenakan adanya tanggung jawab yang lebih besar pada masa remaja, maka remaja diharapkan untuk dapat mengarahkan ketertarikan mereka pada hal-hal yang lebih penting. Perubahan juga terjadi dalam hubungan dengan orang lain. Remaja tidak lagi berhubungan hanya dengan individu dari jenis kelamin yang sama, tetapi juga dengan lawan jenis, dan dengan orang dewasa.

4. Perubahan nilai, di mana apa yang mereka anggap penting pada masa kanak-kanak menjadi kurang penting karena telah mendekati dewasa.
5. Kebanyakan remaja bersikap *ambivalen* dalam menghadapi perubahan yang terjadi. Di satu sisi mereka menginginkan kebebasan, tetapi di sisi lain mereka takut akan tanggung jawab yang menyertai kebebasan ini, serta meragukan kemampuan mereka sendiri untuk memikul tanggung jawab ini.

MASA USIA SEKOLAH MENENGAH

Masa usia sekolah menengah bertepatan dengan masa remaja. Masa remaja merupakan masa yang banyak menarik perhatian karena sifat-sifat khas dan peranannya yang menentukan dalam kehidupan individu dalam masyarakat orang dewasa. Masa ini dapat diperinci lagi menjadi beberapa masa, yaitu:

1. Masa praremaja (remaja awal)

   Masa praremaja biasanya berlangsung hanya dalam waktu relatif singkat. Masa ini ditandai oleh sifat-sifat negatif pada si remaja sehingga sering kali masa ini disebut masa negatif dengan gejalanya seperti tidak tenang, kurang suka bekerja, dan pesimistis. Secara garis besar sifat-sifat negatif ini dapat diringkas, yaitu:

   a. Negatif dalam prestasi, baik prestasi jasmani maupun mental.
   b. Negatif dalam sikap sosial, baik dalam bentuk menarik diri dalam masyarakat (negatif positif) maupun dalam bentuk agresif terhadap masyarakat (negatif aktif).

2. Masa remaja (remaja madya)

   Pada masa ini mulai tumbuh dalam diri remaja dorongan untuk hidup, kebutuhan akan adanya teman yang dapat memahami dan menolongnya, teman yang dapat turut merasakan suka dan dukanya. Pada masa ini, sebagai masa mencari sesuatu yang dapat dipandang bernilai, pantas dijunjung tinggi dan dipuja-puja sehingga masa ini disebut masa merindu puja (mendewa-dewakan), yaitu sebagai gejala remaja.

Proses terbentuknya pendirian atau pandangan hidup atau cita-cita hidup ini dapat dipandang sebagai penemuan nilai-nilai kehidupan. Proses penemuan nilai-nilai kehidupan ini antara lain:

a. Karena tiadanya pedoman, si remaja merindukan sesuatu yang dianggap bernilai, pantas dipuja walaupun sesuatu yang dipujanya belum mempunyai bentuk tertentu, bahkan sering kali remaja hanya mengetahui bahwa dia menginginkan sesuatu tetapi tidak mengetahui apa yang diinginkannya.
b. Objek pemujaan itu telah menjadi lebih jelas, yaitu pribadi-pribadi yang dipandang mendukung nilai-nilai tertentu (jadi personifikasi nilai-nilai). Pada anak laki-laki sering aktif meniru, Adapun pada anak perempuan kebanyakan pasif, mengagumi, dan memujanya dalam khayalan.

3. Masa remaja akhir

   Setelah remaja dapat menentukan pendirian hidupnya, pada dasarnya telah tercapailah masa remaja akhir dan telah terpenuhilah tugas-tugas perkembangan masa remaja, yaitu menemukan pendirian hidup dan masuklah individu ke dalam masa dewasa.

TUGAS-TUGAS PERKEMBANGAN REMAJA

Salah satu periode dalam rentang kehidupan individu ialah masa (fase) remaja. Masa ini merupakan segmen kehidupan yang penting dalam siklus perkembangan individu, dan merupakan masa transisi yang dapat diarahkan kepada perkembangan masa dewasa yang sehat. (Konopka, dalam Pikunas, 1976; Kaczman dan Riva, 1996)

Masa remaja ditandai dengan:

a. Berkembangnya sikap dependen kepada orang tua ke arah independen.
b. Minat seksualitas.
c. Kecenderungan untuk merenung atau memerhatikan diri sendiri, nilai-nilai etika, dan isu-isu moral. Pendapat dari Salzman dan pikunas 1976.

William Kay, mengemukakan tugas-tugas perkembangan remaja itu sebagai berikut:

1. Menerima fisiknya sendiri berikut keragaman kualitasnya.
2. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua atau figur-figur yang mempunyai otoritas.
3. Mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya atau orang lain, baik secara individual maupun kelompok.
4. Menemukan manusia model yang dijadikan identitasnya.
5. Menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri.
6. Memperkuat *self-control* (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip, atau falsafah hidup. (Weltanschauung)
7. Mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri (sikap/perilaku) kekanak-kanakan.

Dalam membahas tujuan tugas perkembangan remaja, Pikunas (1976) mengemukakan pendapat Luella Cole yang mengklasifikasikannya ke dalam sembilan kategori, yaitu:

1. Kematangan emosional.
2. Pemantapan minat-minat hetero seksual.
3. Kematangan sosial.
4. Emansipasi dari kontrol keluarga.
5. Kematangan intelektual.
6. Memilih pekerjaan.
7. Menggunakan waktu senggang secara tepat.
8. Memiliki filsafat hidup.
9. Identifikasi diri.

TUJUAN PERKEMBANGAN MASA REMAJA

Dari arah	Ke arah
Kematangan emosional	
Tidak toleran dan bersikap superior	Bersikap toleran dan merasa nya-man
Kaku dalam bergaul	Luwes dalam bergaul
Peniruan buta terhadap teman sebaya	Interdependensi dan mempunyai *self-esteem*
Kontrol orang tua	Kontrol diri sendiri
Perasaan yang tidak jelas tentang dirinya/orang lain	Perasaan mau menerima dirinya dan orang lain
Kurang dapat mengendalikan diri dari rasa marah dan sikap permusuhannya	Mampu menyatakan emosinya secara konstruktif dan kreatif
Perkembangan heteroseksualitas	
Belum memiliki kesadaran tentang perubahan seksualnya	Menerima identitas seksualnya sebagai pria atau wanita
Mengidentifikasi orang lain yang sama jenis kelaminnya	Mempunyai perhatian terhadap jenis kelamin yang berbeda dan bergaul dengannya
Bergaul dengan banyak teman	Memilih teman-teman tertentu
Kematangan kognitif	
Menyenangi prinsip-prinsip umum dan jawaban yang final	Membutuhkan penjelasan tentang fakta dan teori
Menerima kebenaran dari sumber otoritas	Memerlukan bukti sebelum me-nerima
Memiliki banyak minat atau perha-tian	Memiliki sedikit minat/perhatian terhadap jenis kelamin yang ber-beda dan bergaul dengannya
Bersikap subjektif dalam menafsirkan sesuatu	Bersikap objektif dalam menafsir-kan sesuatu
Filsafat hidup	
Tingkah laku dimotivasi oleh kesena-ngan belaka	Tingkah laku dimotivasi oleh aspirasi
Acuh tak acuh terhadap prinsip-prin-sip ideologi dan etika	Melibatkan diri atau mempunyai perhatian terhadap ideologi dan etika
Tingkah lakunya tergantung pada *reintorcement* (dorongan dari luar)	Tingkah lakunya dibimbing oleh tanggung jawab moral

MAKNA REMAJA

Fase remaja merupakan segmen perkembangan individu yang sangat penting, yang diawali dengan matangnya organ-organ fisik (seksual) sehingga mampu bereproduksi. Menurut Konopka (Pikunas, 1976), masa remaja ini meliputi:

a. Remaja awal: 12-15 tahun.
b. Remaja madya: 15-18 tahun.
c. Remaja akhir: 19-22 tahun.

Sementara Salzman, mengemukakan bahwa remaja merupakan masa perkembangan sikap tergantung (*dependence*) terhadap orang tua ke arah kemandirian (*independence*), minat-minat seksual, perenungan diri, dan perhatian terhadap nilai-nilai estetika dan isu-isu moral.

Dalam budaya Amerika, periode remaja ini dipandang sebagai masa *strom and stress*, frustrasi dan penderitaan, konflik dan krisis penyesuaian, mimpi dan melamun tentang cinta, dan perasaan tersisihkan dari kehidupan sosial-budaya orang dewasa. (Lustin Pikunas, 1976)

ALASAN YANG UMUM UNTUK BERPACARAN SELAMA MASA REMAJA

A. Hiburan

Apabila berkencan dimaksudkan untuk hiburan, remaja menginginkan agar pasangannya mempunyai berbagai keterampilan sosial yang dianggap penting oleh kelompok sebaya, yaitu sikap baik hati dan menyenangkan.

B. Sosialisasi

Kalau anggota kelompok sebaya membagi diri dalam pasangan-pasangan kencan, maka laki-laki dan perempuan harus berkencan apabila masih ingin menjadi anggota kelompok dan mengikuti berbagai kegiatan sosial kelompok.

C. Status

Berkencan bagi laki-laki dan perempuan, terutama dalam bentuk berpasangan tetap, memberikan status dalam kelompok sebaya, berkencan dalam kondisi demikian merupakan batu loncatan ke status yang lebih tinggi dalam kelompok sebaya.

D. Masa Pacaran

Dalam pola pacaran, berkencan berperan penting karena remaja jatuh cinta dan berharap serta merencanakan perkawinan, ia sendiri harus memikirkan sungguh-sungguh masalah keserasian pasangan kencan sebagai teman hidup.

5. Pemilihan Teman Hidup

Banyak remaja yang bermaksud cepat menikah memandang kencan sebagai cara percobaan atau usaha untuk mendapatkan teman hidup.

KEBUTUHAN REMAJA

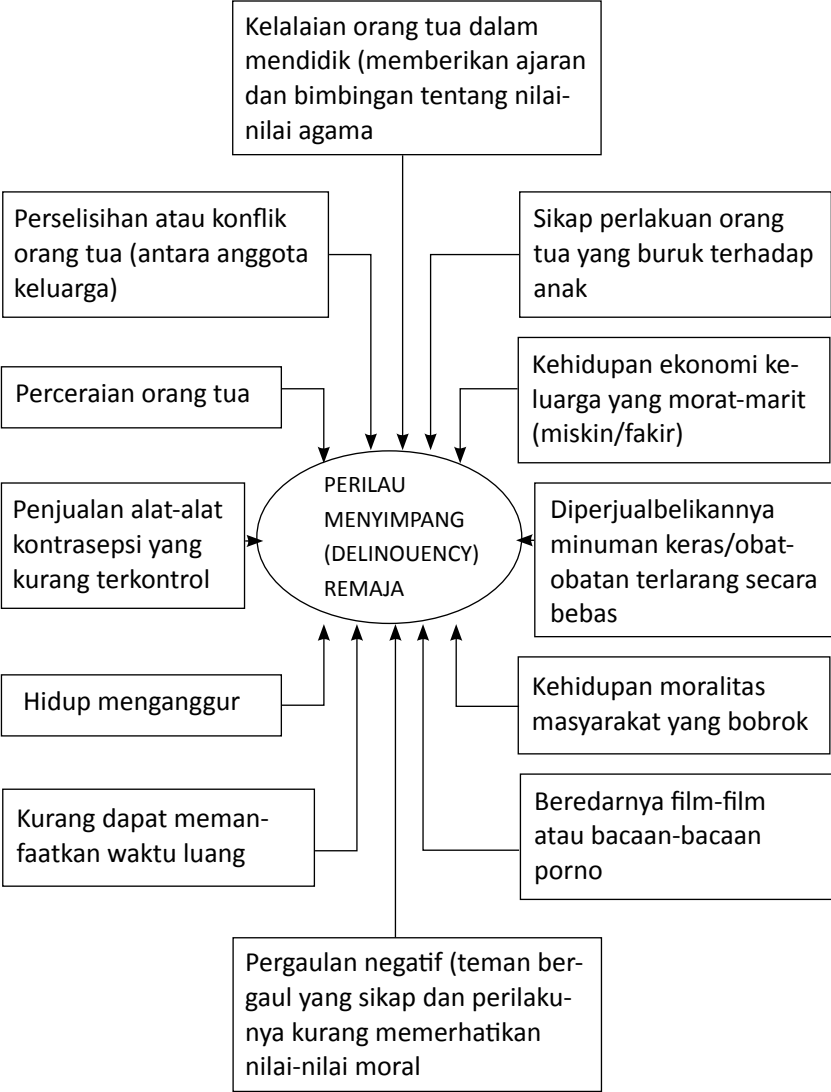
1. Kebutuhan akan pengendalian diri.
2. Kebutuhan akan kebebasan.
3. Kebutuhan akan rasa kekeluargaan.
4. Kebutuhan akan penerimaan sosial.
5. Kebutuhan akan penyesuaian diri.
6. Kebutuhan akan agama dan nilai-nilai sosial.

BERBAGAI KONFLIK YANG DIALAMI OLEH REMAJA

1. Konflik antara kebutuhan untuk mengendalikan diri dan kebutuhan untuk bebas dan merdeka.
2. Konflik antara kebutuhan akan kebebasan dan ketergantungan kepada orang tua.
3. Konflik antara kebutuhan seks dan agama serta nilai sosial.
4. Konflik antara prinsip dan nilai-nilai yang dipelajari oleh remaja

ketika ia kecil dahulu dengan prinsip dan nilai yang dilakukan oleh orang dewasa di lingkungannya dalam kehidupan sehari-hari.

5. Konflik menghadapi masa depan.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Menyimpang pada Remaja

KESIMPULAN

Bahwa sangat penting orang tua dalam mendidik anaknya dalam suatu keluarga serta memberi perhatian penuh, apalagi pada usia atau masa-masa remaja yang rentan terhadap perilaku menyimpang. Bahwa dengan berada di lingkungan yang baik, maka kemungkinan besar seorang anak dapat tumbuh dan berkembang pula menjadi baik. Semakin berkembangnya teknologi sehingga pergaulan semakin luas dan berkembang sehingga banyak orang yang setuju dengan pacaran. Serta tuntutan dan perkembangan zaman yang membuat sistem/cara didik dan pergaulan pada zaman "Siti Nurbaya" tidak dapat diterapkan lagi dalam kehidupan zaman sekarang.

SARAN

Orang tua hendaknya menyadari peranannya sebagai orang tua, di mana dengan menjadi orang tua yang baik dengan cara mengerti, memahami anaknya, dan memotivasi serta memberikan perhatian yang cukup. Para orang tua tidaklah seharusnya memanjakan anak-anaknya secara berlebihan dengan memberikan fasilitas-fasilitas kepada anak yang akan membuat anak menjadi terlalu mudah untuk mendapatkannya, karena akan merugikan pribadi dan mental anak di kemudian hari.

BAB 9

MASA DEWASA

Istilah dewasa menggambarkan segala organisme yang telah matang, tetapi lazimnya merujuk pada manusia. Dewasa adalah orang yang bukan lagi anak-anak dan telah menjadi pria atau wanita seutuhnya. Seseorang dapat saja dewasa secara biologis, dan memiliki karakteristik perilaku dewasa, tetapi tetap diperlakukan sebagai anak kecil jika berada di bawah umur dewasa secara hukum. Sebaliknya, seseorang dapat secara legal dianggap dewasa, tetapi tidak memiliki kematangan dan tanggung jawab yang mencerminkan karakter dewasa.

Setelah mengalami masa kanak-kanak dan remaja yang panjang, seorang individu akan mengalami masa di mana ia telah menyelesaikan pertumbuhannya dan mengharuskan dirinya untuk berkecimpung dengan masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya. Dibandingkan dengan masa-masa sebelumnya, masa dewasa adalah waktu yang paling lama dalam rentang kehidupan.

Masa dewasa biasanya dimulai sejak usia 18 tahun hingga kira-kira usia 40 tahun dan biasanya ditandai dengan selesainya pertumbuhan pubertas dan organ kelamin anak telah berkembang dan mampu berproduksi. Pada masa ini, individu akan mengalami perubahan fisik dan psikologis tertentu bersamaan dengan masalah-masalah penyesuaian diri dan harapan-harapan terhadap perubahan tersebut.

PEMBAGIAN MASA DEWASA

Elizabeth B. Hurlock membagi masa dewasa menjadi tiga bagian:

A. Masa Dewasa Awal (Masa Dewasa Dini/Young Adult)

Masa dewasa awal adalah masa pencarian kemantapan dan masa reproduktif yaitu suatu masa yang penuh dengan masalah dan ketegangan emosional, periode isolasi sosial, periode komitmen dan masa ketergantungan, perubahan nilai-nilai, kreativitas dan penyesuaian diri pada pola hidup yang baru. Kisaran umur antara 21 sampai 40 tahun.

B. Masa Dewasa Madya (Middle Adulthood)

Masa dewasa madya ini berlangsung dari umur 40 sampai 60 tahun. Ciri-ciri yang menyangkut pribadi dan sosial antara lain; masa dewasa madya merupakan masa transisi, di mana pria dan wanita meninggalkan ciri-ciri jasmani dan perilaku masa dewasanya dan memasuki suatu periode dalam kehidupan dengan ciri-ciri jasmani dan perilaku yang baru. Perhatian terhadap agama lebih besar dibandingkan dengan masa sebelumnya, dan kadang-kadang minat dan perhatiannya terhadap agama ini dilandasi kebutuhan pribadi dan sosial.

C. Masa Dewasa Lanjut (Masa Tua/Older Adult)

Usia lanjut adalah periode penutup dalam rentang hidup seseorang. Masa ini dimulai dari umur 60 tahun sampai akhir hayat, yang ditandai dengan adanya perubahan yang bersifat fisik dan psikologis yang semakin menurun. Adapun ciri-ciri yang berkaitan dengan penyesuaian pribadi dan sosialnya sebagai berikut: perubahan yang menyangkut kemampuan motorik, kekuatan fisik, perubahan dalam fungsi psikologis, perubahan dalam sistem saraf, dan penampilan.

CIRI-CIRI MANUSIA DEWASA

Masa dewasa adalah masa awal seseorang dalam menyesuaikan diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial

baru. Pada masa ini, seseorang dituntut untuk memulai kehidupannya memerankan peran ganda seperti peran sebagai suami/istri dan peran dalam dunia kerja (berkarier).

Masa dewasa dikatakan sebagai masa sulit bagi individu karena pada masa ini seseorang dituntut untuk melepaskan ketergantungannya terhadap orang tua dan berusaha untuk dapat mandiri. Ciri-ciri masa dewasa dini yaitu:

A. Masa Pengaturan (Settle Down)

Pada masa ini, seseorang akan "mencoba-coba" sebelum ia menentukan mana yang sesuai, cocok, dan memberi kepuasan permanen. Ketika ia telah menemukan pola hidup yang diyakini dapat memenuhi kebutuhan hidupnya, ia akan mengembangkan pola-pola perilaku, sikap, dan nilai-nilai yang cenderung akan menjadi kekhasannya selama sisa hidupnya.

B. Masa Usia Produktif

Dinamakan sebagai masa produktif karena pada rentang usia ini merupakan masa-masa yang cocok untuk menentukan pasangan hidup, menikah, dan berproduksi/menghasilkan anak. Pada masa ini, organ reproduksi sangat produktif dalam menghasilkan keturunan (anak).

C. Masa Bermasalah

Masa dewasa dikatakan sebagai masa yang sulit dan bermasalah. Hal ini dikarenakan seseorang harus mengadakan penyesuaian dengan peran barunya (perkawinan vs. pekerjaan). Jika ia tidak dapat mengatasinya, maka akan menimbulkan masalah. Ada tiga faktor yang membuat masa ini begitu rumit yaitu; *pertama,* individu ini kurang siap dalam menghadapi babak baru bagi dirinya dan tidak dapat menyesuaikan dengan babak/peran baru ini. *Kedua,* karena kurang persiapan, maka ia kaget dengan dua peran/lebih yang harus diembannya secara serempak. *Ketiga,* ia tidak memperoleh bantuan dari orang tua atau siapa pun dalam menyelesaikan masalah.

D. Masa Ketegangan Emosional

Ketika seseorang berumur 20-an (sebelum 30-an), kondisi emosionalnya tidak terkendali. Ia cenderung labil, resah, dan mudah memberontak. Pada masa ini juga emosi seseorang sangat bergelora dan mudah tegang. Ia juga khawatir dengan status dalam pekerjaan yang belum tinggi dan posisinya yang baru sebagai orang tua. Namun ketika telah berumur 30-an, seseorang akan cenderung stabil dan tenang dalam emosi.

E. Masa Keterasingan Sosial

Masa dewasa dini adalah masa di mana seseorang mengalami "krisis isolasi", ia terisolasi atau terasingkan dari kelompok sosial. Kegiatan sosial dibatasi karena berbagai tekanan pekerjaan dan keluarga. Hubungan dengan teman-teman sebaya juga menjadi renggang. Keterasingan diintensifkan dengan adanya semangat bersaing dan hasrat untuk maju dalam berkarir.

F. Masa Komitmen

Pada masa ini juga setiap individu mulai sadar akan pentingnya sebuah komitmen. Ia mulai membentuk pola hidup, tanggung jawab, dan komitmen baru.

G. Masa Ketergantungan

Pada awal masa dewasa dini sampai akhir usia 20-an, seseorang masih punya ketergantungan pada orang tua atau organisasi/instansi yang mengikatnya.

H. Masa Perubahan Nilai

Nilai yang dimiliki seseorang ketika ia berada pada masa dewasa dini berubah karena pengalaman dan hubungan sosialnya semakin meluas. Nilai sudah mulai dipandang dengan kacamata orang dewasa. Nilai-nilai yang berubah ini dapat meningkatkan kesadaran positif. Alasan kenapa seseorang berubah nilai-nilainya dalam kehidupan karena agar dapat diterima oleh kelompoknya yaitu dengan cara

mengikuti aturan-aturan yang telah disepakati. Pada masa ini juga seseorang akan lebih menerima/berpedoman pada nilai konvensional dalam hal keyakinan. Egosentrisme akan berubah menjadi sosial ketika ia telah menikah.

I. Masa Penyesuaian Diri dengan Hidup Baru

Ketika seseorang telah mencapai masa dewasa berarti ia harus lebih bertanggung jawab karena pada masa ini ia sudah mempunyai peran ganda. (peran sebagai orang tua dan pekerja)

J. Masa Kreatif

Dinamakan sebagai masa kreatif karena pada masa ini seseorang bebas untuk berbuat apa yang diinginkan. Namun kreativitas tergantung pada minat, potensi, dan kesempatan.

Menurut Dr. Harold Shyrock dari Amerika Serikat, ada lima faktor yang dapat menunjukkan kedewasaan yaitu: ciri fisik, kemampuan mental, pertumbuhan sosial, emosi, dan pertumbuhan spiritual dan moral.

1. Fisik

Secara fisik, usia, rangka tubuh, tinggi, dan lebarnya tubuh seseorang dapat menunjukkan sifat kedewasaan pada diri seseorang. Faktor-faktor ini memang biasa digunakan sebagai ukuran kedewasaan. Akan tetapi, segi fisik saja belum dapat menjamin ketepatan bagi seseorang untuk dapat dikatakan telah dewasa. Sebab ba-nyak orang yang telah cukup usia dan kelihatan dewasa akan tetapi ternyata dia masih sering memperlihatkan sifat kekanak-kanakannya. Oleh sebab itu, dalam menentukan tingkat kedewasaan seseorang dari segi fisiknya harus pula dengan mengetahui: Apakah dia dapat menentukan sendiri setiap persoalan yang dia hadapi, dan apakah ia telah dapat membedakan baik buruknya serta manfaat dan ruginya sebuah permasalahan hidup. Selain itu, juga adanya kepercayaan pada diri sendiri dan tidak bergantung kepada orang lain, tidak cepat naik pitan dan marah, serta tidak menggerutu di saat menderita dan

menerima cobaan dari Tuhan, sehingga nantinya ia dapat dilihat bagaimana tingkat kedewasaan seseorang tersebut dalam mengatasi semua persoalan hidup yang dia alami.

2. Kemampuan Mental

Dari segi mental atau rohani, kedewasaan seseorang dapat dilihat. Orang yang telah dewasa dalam cara berpikir dan tindakannya berbeda dengan orang yang masih kekanak-kanakan sifatnya. Dapat berpikir secara logis, pandai mempertimbangkan segala sesuatu dengan adil, terbuka dan dapat menilai semua pengalaman hidup merupakan salah satu ciri-ciri kedewasaan pada diri seseorang.

Berbagai persoalan hidup ini dapat diatasi bila ada kemampuan mental dalam dirinya. Dan kemampuan mental ini dapat diusahakan perkembangannya bila orang (calon suami dan istri) tidak menutup diri dari kemajuan zaman. Selain itu, sering membaca buku-buku atau surat kabar dan majalah merupakan cara yang baik untuk memupuk perkembangan mental dalam diri seseorang.

Sikap kedewasaan yang sempurna itu jika ada keserasian antara perkembangan fisik dan mentalnya.

3. Pertumbuhan Sosial

Sifat kedewasaan seseorang dapat dilihat dari pertumbuhan sosialnya. Pertumbuhan sosial adalah suatu pemahaman tentang bagaimana dia menyayangi pergaulan, bagaimana dia dapat memahami tentang bagaimana watak dan kepribadian seseorang, dan bagaimana cara dia mampu membuat dirinya agar disukai oleh orang lain dalam pergaulannya. Perasaan simpatik kepada orang lain dan bahkan terhadap seseorang atau hal-hal yang paling tidak ia sukai sekalipun merupakan ciri kedewasaan secara sosial. Orang yang dapat berbuat seperti itu dia pasti pandai menguasai keadaan meskipun terhadap orang yang berlaku tidak baik terhadap dirinya meskipun untuk hal yang paling menyakitkan dalam hatinya sekalipun.

4. Emosi

Emosi sangat erat hubungannya dengan segala aspek kehidupan manusia, termasuk kehidupan yang menyangkut sendi-sendi dalam kehidupan berumah tangga. Emosi adalah keadaan batin manusia yang berhubungan erat dengan rasa senang, sedih, gembira, kasih sayang, dan benci. Kedewasaan seseorang itu dapat dilihat dari cara seseorang dalam mengendalikan emosi ini. Jika orang pandai mengendalikan emosinya, maka berarti semua tindakan yang dilakukannya bukan hanya mengandalkan dorongan nafsu, melainkan dia telah menggunakan akalnya juga. Menyalurkan emosi dengan dikendalikan oleh akal dan pertimbangan sehat akan dapat melahirkan sebuah tindakan yang telah dewasa, dan yang tetap akan berada dalam peraturan dan norma-norma yang berlaku dalam agama.

Emosi dapat dikendalikan jika dilatih dari hari ke hari. Emosi ini tidak dapat diperoleh sekonyong-konyong. Kesungguhan dan kesanggupan seseorang untuk mengendalikan emosi harus telah dilatih semenjak lama.

Orang yang telah menguasai dan mengendalikan emosinya dengan disertai oleh kemampuan mental yang cukup dewasa, dia pasti dapat mengendalikan dirinya menuju kehidupan yang bahagia dikarenakan selalu bersifat terbuka dalam menghadapi berbagai kenyataan-kenyataan hidup, tabah dalam menghadapi setiap kesulitan dan persoalan hidup, dan dapat merasa puas dan sanggup menerima segala sesuatunya dengan lapang dada.

5. Pertumbuhan Spiritual dan Moral

Faktor kelima yang dapat dijadikan pedoman bahwa seseorang ini telah dewasa ialah dengan melihat dari pertumbuhan spiritual dan moralnya. Kematangan spiritual dan moral bagi seseorang yang mendorong dia untuk mengasihi dan melayani orang lain dengan baik. Oleh sebab itu, pertumbuhan ini harus telah dimulai sejak awal dan dikembangkan untuk dapat menghayati rahmat Allah Swt. Sehingga, dengan demikian orang tersebut dapat dikatakan sebagai orang yang pandai mensyukuri nikmat-Nya

Seseorang yang telah berkembang pertumbuhan moral dan spiritualnya akan lebih pandai dan lebih tenang dalam menghadapi berbagai kesulitan dan persoalan hidup yang menimpa dirinya, sebab dengan demikian segalanya akan dipasrahkan kepada Allah Yang Mahakuasa dengan disertai ikhtiar menurut kemampuannya sendiri.

KESIMPULAN

Masa dewasa adalah masa terpanjang setelah masa anak-anak dan masa remaja. Masa ini adalah masa di mana seseorang harus melepaskan ketergantungannya terhadap orang tua dan mulai belajar mandiri karena telah mempunyai tugas dan peran yang baru.

Tugas-tugas perkembangan pada masa dewasa dini jika tidak dioptimalkan dengan baik akan menjadi bumerang bagi dirinya sendiri di masa yang akan datang. Perubahan minat, mobilitas sosial, dan penyesuaian peran seks pada masa ini juga sangat berpengaruh bagi tiap individu.

SARAN

Bagi kita yang masih remaja dan akan mengalami masa dewasa, hendaknya kita dapat memikirkan apa yang akan kita perbuat. Jangan sampai kelakuan di masa remaja sekarang akan menimbulkan penyesalan di masa dewasa. Apalagi menyangkut soal cita-cita.

BAB 10

MASA TUA

Dalam psikologi perkembangan terdapat tahapan dalam rentang kehidupan, yaitu periode pranatal (konsepsi kelahiran), bayi (kelahiran sampai minggu kedua), masa bayi (akhir minggu kedua sampai akhir tahun kedua), awal masa kanak-kanak (dua sampai enam tahun), akhir masa kanak-kanak (6-10 atau 12 tahun), masa puber (10 atau 12 tahun sampai 13 atau 14 tahun), masa remaja (13 atau 14 tahun sampai 18 tahun), awal masa dewasa (18 sampai 40 tahun), usia pertengahan (40 sampai 60tahun), masa tua atau usia lanjut (60 sampai meninggal).

Setiap rentang kehidupan memiliki tugas-tugas perkembangan, fokus minat, hambatan dan perubahan yang berbeda di setiap tahapannya. Masa tua ditandai oleh adanya perubahan jasmani dan mental. Pada usia 60-an biasanya terjadi penurunan kekuatan fisik, sering pula diikuti oleh penurunan daya ingat. Penyesuaian diri terpusat di sekitar pekerjaan dan keluarga pun menjadi lebih sulit daripada penyesuaian pribadi dan sosial.

Usia tua adalah periode penutup dalam rentang hidup seseorang, yaitu suatu periode di mana seseorang telah "beranjak jauh" dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat.

Oleh karena itu, bagaimanapun baiknya individu-individu berusaha untuk menyesuaikan diri hasilnya akan bergantung pada dasar-dasar yang ditanam pada tahap awal kehidupan, khususnya ha-

rapan tentang penyesuaian diri terhadap peran dan harapan sosial dari masyarakat dewasa. Kesehatan mental yang baik, yang diperlukan pada masa-masa dewasa, memberikan berbagai kemudahan untuk menyesuaikan diri terhadap berbagai peran baru atau harapan sosial usia muda.

USIA MADYA: PENYESUAIAN PRIBADI DAN SOSIAL

Pada umumnya, usia madya atau usia setengah baya dipandang sebagai masa usia di antara 40 sampai 60 tahun. Masa ini pada akhirnya ditandai oleh adanya perubahan-perubahan jasmani dan mental. Pada usia 60 tahun, biasanya terjadi penurunan kekuatan fisik, sering pula diikuti dengan penurunan daya ingat. Walaupun dewasa ini banyak yang mengalami perubahan-perubahan ini lebih lambat daripada masa lalu, namun garis batas tradisional yang masih tampak meningkatnya kecenderungan untuk pensiun pasca usia 40-an sengaja ataupun tidak sengaja usia 60-an tahun dianggap sebagai garis batas antara usia madya dan usia lanjut.

Oleh karena usia madya merupakan periode yang panjang dalam rentang kehidupan menusia, biasanya usia tersebut dibagi dalam dua subbagian, yaitu usia madya dini yang membentang dari usia 40 hingga 50 tahun dan usia madya lanjut yang terbentang antara usia 50 sampai 60 tahun. Selama usia mandya lanjut, perubahan fisik dan psikologis yang pertama kali mulai selama 40-an awal yang menjadi lebih tampak.

A. Karakteristik Usia Madya

Seperti halnya setiap periode dalam rentang kehidupan, usia madya pun diasosiasikan dengan karakteristik tertentu yang membuatnya berbeda. Berikut ini akan diuraikan 10 karakteristik yang amat penting.

1. Usia Madya Merupakan Periode yang Sangat Ditakuti

Ciri pertama dari usia madya ialah masa tersebut merupakan periode yang sangat menakutkan. Diakui bahwa semakin mendekati

usia tua, periode usia madya semakin terasa lebih menakutkan dilihat dari seluruh kehidupan manusia. Oleh karena itu, orang-orang dewasa tidak akan mau mengakui bahwa mereka telah mencapai usia ini, sampai kalender dan cermin memaksa mereka untuk mengakui hal ini.

Pria dan wanita mempunyai banyak alasan yang kelihatan berlaku untuk mereka, untuk takut memasuki usia madya. Beberapa di antaranya ialah banyaknya stereotip yang tidak menyenangkan tentang usia madya, yaitu kepercayaan tradisional tentang kerusakan mental dan fisik yang diduga disertai dengan penghormatan untuk masa tersebut oleh berbagai kebudayaan negara lain. Semua ini memberi pengaruh yang kurang menguntungkan terhadap sikap orang dewasa pada saat memasuki usia madya dalam kehidupan mereka. Sementara mereka ketakutan pada usia madya, kebanyakan orang dewasa menjadi rindu pada masa muda mereka dan berharap dapat kembali ke masa itu.

2. Usia Madya Merupakan Masa Transisi

Seperti halnya masa puber, yang merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa remaja kemudian dewasa. Demikian pula usia madya merupakan masa di mana pria dan wanita meninggalkan ciri-ciri jasmani dan perilaku masa dewasanya dan memasuki masa suatu periode dalam kehidupan yang akan diliputi oleh ciri-ciri jasmani dan perilaku baru. Seperti yang telah diuraikan, bahwa periode ini merupakan masa di mana pria mengalami perubahan keperkasaan dan wanita dalam kesuburan.

Transisi senantiasa berarti penyesuaian diri terhadap minat, nilai, dan pola perilaku yang baru. Pada madya, cepat atau lambat, semua orang dewasa harus melakukan penyesuaian diri terhadap berbagai perubahan jasmani dan harus menyadari bahwa pola perilaku pada usia mudanya harus diperbaiki secara radikal. Penyesuaian untuk mengubah peranan bahkan lebih sulit daripada penyesuaian untuk mengubah kondisi jasmani dan minat.

Setiap pria dan wanita pasti terdapat perubahan terhadap hu-

bungan yang berpusat pada pasangannya bila dibandingkan dengan hubungan yang berpusat pada keluarga selama tahun-tahun awal periode dewasa, ketika peran utama pria dan wanita dalam rumah ialah sebagai orang tua.

Setiap perubahan peran yang penting mungkin mengakibatkan suatu krisis yang besar atau kecil. Selama usia madya, Kimmel telah mengidentifikasi tiga bentuk krisis pengembangan yang umum dan hampir universal, seperti dijelaskan berikut ini:

Pertama, krisis sebagai masa tua ditandai dengan sindrom "Di mana kesalahan kami?" Krisis ini terjadi apabila anak-anak gagal memenuhi harapan orang tua dan para orang tua kemudian bertanya apakah mereka telah menggunakan metode yang tepat dalam mendidik anak, dan menyalahkan diri mereka sendiri karena kegagalan anak-anak untuk memenuhi harapan mereka.

Kedua, duka anaknya tidak dapat menerima pertambahan usianya, krisis ini adalah krisis yang timbul karena orang tua berusia lanjut, sehingga sering timbul reaksi dari anak-anaknya; "Saya benci menempatkan itu di situ." Akibatnya, banyak orang tua berusia madya yang berusaha memecahkan permasalahan mereka tentang lanjut usia, merasa bersalah ketika anak-anak mereka tidak dapat atau tidak mau menerima orang tua mereka yang berusia lanjut tinggal bersama dalam rumah mereka.

Ketiga, kritis yang berhubungan dengan kematian, khususnya pada suami istri. Menurut Kimmel, hal ini ditandai dengan sikap" Bagaimana saya dapat terus hidup?", yang mewarnai penyesuaian pribadi dan sosial mereka, yang tidak menyenangkan sampai krisis tersebut dapat dipecahkan menjadi kepuasan individu.

3. Usia Madya Merupakan Masa Stres

Ciri ketiga dari usia madya ialah usia masa stres. Penyesuaian secara radikal terhadap peran dan pola hidup yang berubah, khususnya bila disertai dengan berbagai perubahan fisik, selalu cenderung merusak homeostatis fisik dan psikologis seseorang dan membawa ke masa stres, suatu masa bila sejumlah penyesuaian yang pokok ha-

rus dilakukan di rumah, bisnis, dan aspek sosial kehidupan mereka.

Mamor telah membagi sumber-sumber umum dari stres selama usia madya yang mengarah pada ketidakseimbangan, kedalam empat kategori utama, yaitu:

- Stres Somatik, yang disebabkan oleh keadaan jasmani yang menunjukkan usia tua.
- Stres Budaya, yang berasal dari penempatan nilai yang tinggi pada kemudaan, keperkasaan, dan kesuksessan oleh kelompok budaya tertentu.
- Stres Ekonomi, yang diakibatkan oleh beban keuangan dari mendidik anak dan memberikan status simbol bagi seluruh anggota keluarga.
- Stres Psikologis, yang mungkin diakibatkan oleh kematian suami atau istri, kepergian anak dari rumah. Kebosanan terhadap perkawinan, atau rasa hilangnya masa muda dan mendekati ambang kematian.

4. Usia Madya Merupakan "Usia yang Berbahaya"

Ciri keempat bahwa umumnya usia ini dianggap atau dipandang sebagai usia yang berbahaya dalam rentang kehidupan.

Cara biasa menginterpretasi “usia berbahaya” ini berasal dari kalangan pria yang ingin melakukan pelampiasan untuk kekerasan yang berakhir sebelum memasuki usia lanjut. Terhadap apa saja yang di sekelilingnya, kelihatannya bahwa orang yang berusia madya berusaha mencari percontohan kegiatan dan pengalaman baru. Periode ini dapat didramatisasi dengan lolosnya episodik kedalam hubungan ekstramarital, atau dengan bentuk alkoholisme. Bagi beberapa orang krisis usia madya dapat berakhir dengan kesusahan yang permanen dan semakin permanen dan semakin pendeknya usia mereka.

Usia madya dapat menjadi dan merupakan bahaya dalam beberapa hal lain juga. Saat ini merupakan suatu masa di mana seseorang mengalami kesusahan fisik sebagai akibat dari terlalu banyak bekerja, rasa cemas yang berlebihan, ataupun kurang memerhatikan kehidup-

an. Timbulnya penyakit jiwa datang dengan cepat di kalangan pria dan wanita, dan gangguan ini berpuncak pada *suicide* (bunuh diri), khususnya di kalangan pria.

5. Usia Madya merupakan "Usia Canggung"

Ciri kelima dari usia madya dikenal dengan istilah "usia serba canggung". Sama seperti remaja, bukan anak-anak dan bukan juga dewasa, demikian juga pria dan wanita berusia madya bukan "muda" lagi tetapi bukan juga tua. Orang yang berusia madya seolah-olah bediri di antara generasi pemberontak yang lebih muda dan generasi warga senior. Mereka secara terus-menerus menjadi sorotan dan menderita karena hal-hal yang tidak menyenangkan dan memalukan yang disebabkan oleh kedua generasi tersebut.

Mereka merasa bahwa keberadaan mereka dalam masyarakat tidak dianggap, orang-orang yang berusia madya sedapat mungkin berusaha untuk tidak dikenal orang lain, keinginan ini tampak pada cara mereka berpakaian. Sebagian besar dari mereka berusaha untuk berpakaian sesederhana mungkin namun masih menggunakan gaya yang berlaku pada masa seterusnya. Sikap konservatif ini mempengaruhi cara mereka memilih macam materi yang dimiliki, seperti rumah, kendaraan, serta pola perilaku, baik dalam cara mereka menghibur atau menari. Semakin mereka kurang menarik masyarakat yang memuja kaum muda.

6. Usia Madya Merupakan Masa Berprestasi

Ciri keenam merupakan masa berprestasi. Menurut Erikson, usia madya merupakan masa krisis di mana baik "generasivitas"—kecenderungan untuk menghasilkan—maupun stagnasi—kecenderungan untuk tetap berhenti—akan dominan. Menurutnya selama usia madya, orang akan menjadi lebih sukses atau sebaliknya mereka akan berhenti dan tidak mengerjakan sesuatu apapun lagi. Apalagi usia madya mempunyai kemauan yang kuat untuk berhasil dan menunggu dari masa-masa persiapan dan kerja keras yang dilakukan sebelumnya.

Usia madya seyogianya menjadi masa tidak hanya keberhasilan keuangan dan sosial tetapi juga untuk kekuasaan dan prestise. Biasanya, pria meraih puncak karier mereka antara usia 40-50 tahun, yaitu setelah mereka puas terhadap hasil yang diperoleh dan menikmati, hasil dari kesuksesan mereka sampai mereka mencapai usia 60-an, yaitu ketika mereka dianggap terlalu tua dan biasanya harus mewariskan pekerjaan kepada karyawan yang lebih muda dan lebih kuat. Usia madya merupakan usia di mana peran kepemimpinan pada pria dan wanita dalam pekerjaan, perindustrian dan organisasi masyarakat melupakan imbalan atas prestasi yang dicapai. Kebanyakan organisasi khususnya organisasi yang telah lama, memilih direktur yang berumur 50 tahun atau lebih. Usia 50-an juga merupakan masa di mana para individu dapat mudah dikenal dari berbagai perkumpulan profesional.

Oleh karena peran kepemimpinan umumnya dipegang oleh berusia madya, mereka menyebut diri sebagai "generasi pemimpin". Pria dan wanita berusia madya sekalipun mereka masih di bawah komando orang lain, namun mereka memahami bahwa mereka merupakan kelompok umur yang penuh tenaga dibandingkan dengan kelompok umur lain; mereka merupakan pembawa norma dan pembuat keputusan; mereka hidup dalam suatu masyarakat yang sekalipun berorientasi ke masa muda, perlu dikendalikan oleh kelompok berusia madya.

Neugarten, menerangkan sikap ini sebagai bagian dari orang usia madya: "Keberhasilan orang usia madya sering kali menunjukkan dirinya sebagai orang yang tidak dikemudikan lagi, tetapi sekarang sebagai pengemudi singkatnya, "pemberi perintah".

7. Usia Madya Merupakan Masa Evaluasi

Ciri ketujuh dari usia madya ialah usia ini merupakan masa evaluasi diri. Karena usia madya pada umumnya merupakan saat pria dan wanita mencapai puncak prestasinya, maka logislah apabila masa ini juga merupakan saat mengevaluasi prestasi ini berdasarkan aspirasi mereka semula dan harapan-harapan orang lain, khususnya

anggota keluarga dan teman. Acher, menyatakan: "Pada usia 20 kita akan mengikat diri pada pekerjaan atau perkawinan. Selama akhir 30-an dan awal 40-an adalah umum bagi pria untuk melihat kembali keterikatan-keterikatan masa awal ini".

Sebagai hasil dari evaluasi diri, Acher lebih lanjut mengatakan, "usia madya tampaknya menuntut perkembangan perasaan yang lebih nyata dan berbeda dari orang lain. Dalam perkembangan, setiap orang memiliki fantasi atau ilusi mengenai apa dan bagaimana dirinya. Tanggung jawab lain pada usia madya menyangkut hal fantasi dan ilusi tersebut."

8. Usia Madya Dievaluasi dengan Standar Ganda

Ciri kedelapan dari usia madya ialah masa ini dievaluasi dengan standar ganda, satu standar bagi pria dan satu lagi bagi wanita. Walaupun perkembangannya cenderung mengarah ke persamaan peran antara pria dan wanita, baik di rumah, perusahaan, perindustrian, profesi, maupun kehidupan sosial, namun masih terdapat standar ganda dalam usia. Mekipun standar ganda ini banyak mempengaruhi banyak aspek terhadap kehidupan pria dan wanita usia madya, tetapi ada dua aspek khusus yang perlu diperhatikan.

Pertama, aspek yang berkaitan dengan perubahan jasmani. Contohnya ketika rambut pria menjadi putih, timbul kerut-kerut dan keriput di wajah, dan terjadinya beberapa bagian otot yang mengendur terutama otot sekitar pinggang. Berbagai perubahan yang terjadi biasa dikenal dengan nama "pembeda". Perubahan fisik yang serupa pada wanita dipandang tidak menarik, dengan penekanan utama "pakaian usia madya".

Kedua di mana standar ganda dapat terlihat nyata terdapat pada cara mereka menyatakan sikap pada usia tua. Ada dua pandangan filosofis yang berbeda tentang bagaimana orang harus menyesuaikan diri dengan usia madya. *Pertama*, mereka harus merasa muda secara aktif, *kedua* mereka harus menua dengan anggun semakin lambat dan hati-hati, dan menjalani hidup dengan nyaman, ini merupakan pandangan atau filsafat "*Rocking Hair*". Pada umumnya wanita lebih

mudah mengambil pandangan filsafat ini daripada pria, walaupun pada kenyataannya ditemui bahwa pandangan ini lebih banyak berlaku pada wanita dari kelas bawah daripada kelas menengah ke atas. (Frenkel dan Paker E)

9. Usia Madya Merupakan Masa Sepi

Ciri kesembilan dari usia madya ialah masa sepi (*emptynest*), masa ketika anak-anak tidak lagi tinggal bersama orang tua. Kecuali dalam beberapa kasus di mana pria dan wanita menikah lebih lambat dibandingkan dengan usia rata-rata, atau menunda kelahiran anak hingga mereka lebih mapan dalam karier, atau mempunyai keluarga besar sepanjang masa, usia madya merupakan masa sepi dalam kehidupan perkawinan.

Setelah bertahun-tahun hidup dalam sebuah rumah yang berpusat pada keluarga, umumnya orang dewasa menemukan kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan rumah yang berpusat pada pasangan suami istri. Keadaan ini terjadi karena selama masa-masa mengasuh anak, suami dan istri selalu berkembang terpisah dan mengembangkan minat masing-masing. Akhirnya mereka hanya memiliki sedikit persamaan setelah minat mereka terhadap anak-anak berkurang dan ketika mereka harus saling menyesuaikan diri dengan sebaik-baiknya.

Terbukti juga bahwa, periode sepi pada usia madya lebih bersifat traumatis bagi wanita daripada pria. Hal ini benar khususnya pada wanita yang telah menghabiskan masa-masa dewasa mereka dengan pekerjaan rumah tangga dan bagi mereka yang kurang memiliki minat atau sumber daya untuk mengisi waktu senggang mereka pada waktu pekerjaan rumah tangga berkurang atau selesai. Banyak yang mengalami tekanan batin karena dipensiunkan (*retirement-shock*). Kondisi yang serupa juga dialami pria ketika mereka mengundurkan diri dari pekerjaan.

10. Usia Madya Merupakan Masa Jenuh

Ciri ke-10 ini merupakan masa yang penuh dengan kejenuhan pada akhir usia 30-an atau 40-an. Para pria menjadi jenuh dengan ke-

giatan rutin sehari-hari dan kehidupan bersama keluarga yang hanya memberikan sedikit hiburan. Wanita, yang menghabiskan waktunya untuk memelihara rumah dan membesarkan anak-anaknya, bertanya-tanya apa yang akan mereka lakukan pada usia setelah 20 atau 30 tahun kemudian. Wanita, yang tidak menikah yang mengabdikan hidupnya untuk bekerja atau karier, menjadi bosan dengan alasan yang sama bagi pria. Acher menerangkan tentang kejenuhan yang dialami pria sebagai berikut:

> Apabila Anda berusia 40 tahun, semua orang termasuk Anda mengetahui bahwa Anda dapat melakukan apa saja yang Anda kerjakan. Dan pada waktu yang sama beberapa orang pria menjadi jenuh. Beberapa orang mencari kekuasaan baru, bagaimanapun juga umumnya keadaan ini diketahui dengan harapan semoga seseorang telah menggunakan kesempatannya yang berakhir untuk mengubah arah dan untuk memilih sasaran-sasaran baru.
>
> Kejenuhan tidak akan mendatangkan kebahagiaan ataupun kepuasan pada usia mana pun. Akibatnya, usia madya sering kali merupakan periode yang tidak menyenangkan dalam hidup. Dalam studi mengenai kenangan yang menyenangkan sepanjang umur 40-49 tahun terbukti sebagai masa yang paling sedikit terdapat kebahagiaan. Hanya tahun-tahun setelah usia 60 tahun, mereka menemukan masa ini sebagai masa yang hampir tidak menyenangkan. (Meltzer H. dan D. Ludwig)

B. Tugas Perkembangan Usia Madya

Masalah-masalah tertentu yang timbul dalam penyesuaian diri merupakan ciri dari usia madya pada kebudayaan masa kini. Masalah utama yang harus dipecahkan dan disesuaikan secara memuaskan selama usia madya mencakup apa saja yang menjadi tugas-tugas perkembangan selama periode ini. Havirgust membagi tanggung jawab ini jadi empat kategori utama, yaitu sebagai berikut:

1. Tugas yang Berkaitan dengan Perubahan Fisik

   Tugas ini meliputi kemauan untuk mau melakukan penerimaan

dan penyesuaian dengan berbagai perubahan fisik yang normal terjadi pada usia madya.

2. Tugas-tugas yang Berkaitan dengan Perubahan Minat
   Orang yang berusia madya sering kali mengasumsikan tanggung jawab warga negara dan sosial, serta mengembangkan minat pada waktu luang yang berorientasi pada kedewasaan pada tempat kegiatan-kegiatan yang berorientasi pada keluarga yang biasa dilakukan pada masa dewasa ini.
3. Tugas-tugas yang Berkaitan dengan Penyesuaian Kejuruan
   Tugas ini berkisar pada pemantapan dan pemeliharaan standar hidup yang relatif mapan.
4. Tugas-tugas yang Berkaitan dengan Kehidupan Keluarga
   Tugas yang penting dalam kategori ini meliputi hal-hal yang berkaitan dengan seseorang sebagai pasangan, menyesuaikan diri dengan orang tua yang lanjut usia, dan membantu anak remaja untuk jadi orang dewasa yang bertanggung jawab dan bahagia.

Seperti hal tugas-tugas dalam perkembangan pada periode lainnya, tugas-tugas dari usia madya tidak seluruhnya dikuasai dalam waktu yang sama atau dengan cara yang sama oleh setiap orang. Beberapa tugas tampak lebih dikuasai daripada awal usia madya, dan lainnya pada akhir periode tersebut. Walaupun demikian, keadaan ini akan bervariasi untuk individu-individu yang berbeda pula.

Umur pada saat mana pada orang berusia madya menikah, saat menjadi orang tua, dan jumlah anak yang dipunyai, semua ini mempengaruhi usia mereka di mana mereka harus menyesuaikan diri dengan tugas-tugas perkembangan yang berkaitan dengan kehidupan keluarga, tanggung jawab umum dan sosial, dan terhadap kegiatan orang dewasa pada waktu luang. Mereka yang menikah ketika masih remaja, memungkinkan mereka untuk tidak mempunyai anak yang masih tinggal di rumah ketika mereka telah memasuki usia madya. Akibatnya, mereka dapat lebih aktif dalam kehidupan sebagai warga negara dan sosial. Kegiatan untuk mengisi waktu luang mereka lebih

dapat berorientasi pada kedewasaan (*adult-oriented*) daripada keluarga (*family-oriented*), dan mereka bebas untuk menghabiskan lebih banyak waktu daripada ketika mereka mempunyai anak di rumah.

Kebanyakan tugas perkembangan usia madya mempersiapkan individu bagi penyesuaian yang berhasil terhadap usia tua. Dengan demikian, penguasaan tugas-tugas ini penting artinya untuk keberhasilan dan kebahagiaan, baik pada usia madya maupun pada tahun-tahun terakhir kehidupan serta pemanfaatan kegiatan pada waktu luang. Bagi mereka yang menikah pada usia belasan tahun, kemungkinan besar pada waktu menjadi orang tua yaitu, pada usia madya mereka akan mengalami masa kehilangan telur dalam sarang. Sebagai konsekuensinya, mereka dapat berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan masyarakat dan kehidupan sosial, mereka mempunyai kesempatan lebih banyak melaksanakan kemasyarakatan, kegiatan pemanfaatan waktu senggang lebih berorientasi pada masyarakat, mereka lebih bebas memanfaatkan waktu senggang dibandingkan pada waktu anak-anaknya masih hidup dalam asuhan satu atap. Sebagian besar pengembangan tugas-tugas usia madya diarahkan pada persiapan individu demi suksesnya upaya menyesuaikan diri menuju usia tua, oleh karena itu jelaslah bahwa seni kemampuan menguasai tugas-tugas perkembangan sesuai dengan usia merupakan hal yang penting demi kesuksesannya dan kebahagiaan tidak saja pada usia madya, akan tetapi juga pada detik-detik terakhir hayat di kandung badan.

C. Penyesuaian Diri Terhadap Perubahan Fisik

Salah satu dari sekian banyak penyesuaian yang sulit pada pria dan wanita berusia madya ialah dalam mengubah penampilan. Mereka harus benar-benar menyadari bahwa fisiknya sudah tidak berfungsi lagi sama sekali seperti sedia kala saat mereka kuat bahkan beberapa organ-organ tertentu tubuh yang vital telah "aus". Mereka yang berusia madya harus dapat menerima kenyataan bahwa kemampuan memproduksi telah berkurang atau bahkan berakhir, dan bahkan mungkin mereka akan kehilangan dorongan seks atau daya tarik

seksual. Seperti anak-anak puber yang pada masa kanak-kanaknya berurusan tentang akan jadi apa mereka dan bagaimana penampilannya bila mereka sudah besar kelak dan siapa yang kemudian menyesuaikan diri sehingga realitas penampilan mereka tumbuh sesuai dengan harapan mereka, demikian juga orang berusia madya harus menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan yang tidak mereka sukai dan yang menandai tibanya usia tua mereka.

Penyesuaian diri terhadap perubahan fisik terasa sulit karena adanya kenyataan bahwa setiap individu yang kurang menguntungkan semakin diintensifkan lagi oleh perilaku sosial yang kurang menyenangkan terhadap perubahan normal yang muncul bersama pada tahun-tahun sebelumnya. Perubahan fisik yang terpenting, yang terhadapnya orang berusia madya harus menyesuaikan diri dibahas di bawah ini.

1. Perubahan dalam Penampilan

Seperti telah diketahui, sejak masa remaja dini, penampilan seseorang memegang peranan yang sangat penting terutama dalam penilaian sosial, sebutan sosial, dan kepemimpinan. Mereka yang berusia madya, memberontak terhadap penilaian status ini yang mereka takuti ketika penampilan mereka menurun.

Bagi pria, terdapat kesulitan tambahan dalam berlomba dengan orang-orang yang lebih muda, lebih kuat, dan lebih energik, yang lebih cenderung untuk menilai kemampuannya dalam mempertahankan pekerjaannya dalam kaitan dengan penampilan. Baik bagi pria maupun wanita, selalu terdapat ketakutan bahwa penampilan usia madya mereka yang akan menghambat kemampuan untuk mempertahankan pasangan mereka (suami/istri), ataupun mengurangi daya tarik terhadap lawan jenisnya.

Sebagai kebiasaan umum, kaum pria pada kebudayaan kita memperlihatkan tanda-tanda ketuaan lebih cepat daripada wanita. Hal ini mungkin dapat dijelaskan oleh kenyataan, bahwa kaum wanita menyadari seberapa jauh daya tariknya terhadap kaum pria bergantung

pada penampilan fisik sehingga jika daya tarik tersebut hilang merupakan adanya tanda-tanda usia madya.

Tanda-tanda menua juga cenderung menjadi lebih jelas di kalangan kelompok sosial-ekonomi daripada kelompok lainnya. Pada umumnya, pria dan wanita dari kelompok sosial-ekonomi yang lebih tinggi tampak lebih muda dari usia yang sebenarnya, dibandingkan mereka yang berasal dari kelompok sosial-ekonomi yang rendah. Hal ini mungkin sebagian dijelaskan oleh kenyataan bahwa mereka dari kelompok yang lebih beruntung kurang bekerja kasar, mengeluarkan lebih sedikit energi, dan lebih banyak mengurus diri daripada mereka yang harus mencari hidup dengan kerja tangan yang kasar. Lebih jauh lagi, mereka yang berasal dari kelompok yang kurang beruntung tidak mampu menambah dan mendapat alat kecantikan dan pakaian yang bagus yang menutupi tanda-tanda ketuaan mereka.

Tanda-tanda ketuaan yang paling nyata yang menjadi masalah pada pria dan wanita pada usia lanjut sebagai berikut:

a. Berat Badan Bertambah
   Selama usia madya, lemak mengumpul terutama sekitar perut dan paha.

b. Berkurangnya Rambut dan Beruban
   Rambut pada pria yang berusia madya mulai jarang, menipis, dan terjadi kebotakan pada bagian atas kepala. Rambut di hidung, telinga, dan bulu mata menjadi lebih kaku, Adapun rambut pada wajah tumbuh lebih lambat dan kurang subur. Rambut wanita semakin tipis dan rambut di atas bibir atas dan dagu bertambah banyak. Baik rambut pria maupun wanita mulai memutih menjelang usia 50 tahunan, dan beberapa orang telah beruban sebelum berusia madya.

c. Perubahan pada Kulit
   Kulit wajah, leher, lengan, dan tangan menjadi lebih kering dan keriput. Kulit di bagian bawah mata mengembung seperti kantung, dan lingkaran hitam di bagian ini menjadi lebih permanen dan jelas. Warna merah-kebiruan sering muncul di sekitar lutut dan di tengah tengkuk.

d. Tubuh Menjadi Gemuk
Bahu sering kali membentuk bulat, dan terjadi penggemukan seluruh tubuh yang membuat perut kelihatan menonjol sehingga seseorang kelihatan lebih pendek.

e. Perubahan Otot
Umumnya otot yang berusia madya menjadi lembek dan mengendur di sekitar dagu, pada lengan bagian atas, dan perut.

f. Masalah Persendian
Beberapa orang berusia madya mempunyai masalah pada persendian, tungkai, dan lengan yang membuat mereka sulit berjalan dan memegang benda, yang jarang terjadi pada orang-orang muda.

g. Perubahan pada Gigi
Gigi menjadi kuning dan harus lebih sering diganti, sebagian atau seluruhnya, dengan gigi palsu.

h. Perubahan pada Mata
Mata kelihatan kurang bersinar daripada ketika mereka masih muda, dan cenderung mengeluarkan kotoran mata yang menumpuk di sudut mata.

i. Perubahan dalam Kemampuan Indra
Perubahan bertahap dari kemampuan indra mulai pada usia madya. Perubahan yang paling penting merepotkan dan tampak terdapat pada mata dan telinga. Perubahan fungsional dan generatif pada mata akibat mengecilnya bundaran kecil pada anak mata, mengurangnya ketazaman mata dan akhirnya cenderung menjadi glukoma, katarak, dan tumor. Kebanyakan orang yang berusia madya menderita *presbiopi* atau kesulitan melihat sesuatu dari jarak jauh, yaitu kehilangan berangsur-angsur akomodasi lensa mata sebagai akibat dari menurunnya elastisitas lensa mata. Antara umur 40-50 tahunan, daya akomodasi lensa mata biasanya tidak mampu melihat dengan jarak dekat sehingga yang bersangkutan terpaksa harus memakai kacamata.

Kemampuan mendengar ternyata juga melemah, akibatnya me-

reka yang berusia madya selalu harus mendengarkan sesuatu secara lebih sungguh-sungguh dari pada yang mereka lakukan pada masa lalu. Mula-mula kepekaan terhadap nada tinggi menjadi berkurang, kemudian diikuti dengan menurunnya secara drastis sesuai dengan meningkatnya usia. Oleh karena kehilangan pendengaran, maka mereka berusia madya mulai berbicara dengan keras dan sering monoton.

Di samping menurunnya kemampuan mendengar, terjadi pula penurunan daya cium dan rasa. Hal ini terutama terjadi pada pria. Alasannya ialah rambut hidung mereka bertambah, sehingga mempengaruhi rangsangan daya cium untuk menembus organ-organ indra pencium yang terletak pada batang hidung. Oleh karena rasa sangat tergantung pada kemampuan membaui, indra ini pun menjadi semakin lemah dengan meningkatnnya usia.

Hingga saat ini, studi mengenai hubungan antara usia dan indra peraba, temperatur, dan rasa sakit belum pernah dilakukan secara meluas untuk menyimpulkan pengaruhnya terhadap usia. Walaupun diduga bahwa, dengan semakin menipisnya kulit karena pertambahan usia, kepekaan kulit menjadi lebih kuat daripada mereka yang lebih muda.

j. Perubahan pada Keberfungsian Fisiologis

Perubahan-perubahan pada tubuh bagian luar terjadi berbarengan dengan perubahan pada organ-organ dalam tubuh dan keberfungsiannya. Perubahan ini, pada sebagian besar bagian tubuh, langsung atau tidak langsung diakibatkan perubahan jaringan tubuh. Seperti gelang karet yang tua, dinding saluran arteri menjadi rapuh dengan bertambahnya usia. Keadaan ini dapat menimbulkan kesulitan sirkulasi. Meningkatnya tekanan darah, khususnya pada orang gemuk dapat menyebabkan komplikasi jantung.

Fungsi kelenjar tubuh menjadi lamban. Pori-pori dan kelenjar-kelenjar pada kulit yang membersihkan kotoran dari kulit jadi lebih pelan, sehingga bau badan bertambah. Berbagai kelenjar

yang dihubungkan dengan proses pencernaan berfungsi menjadi lebih lambat, sehingga mengalami masalah karena pencernaan menjadi lebih sering bekerja.

Kesulitan makan bertambah karena banyak orang berusia madya menggunakan gigi palsu, yang justru menambah kesulitan mengunyah. Selain itu, beberapa orang berusia madya memperbaiki kebiasaan makan sesuai dengan semakin lambannya kegiatan mereka. Keadaan ini kelihatannya menambah keterbatasan fungsi sistem penurunan. Akibatnya konstipasi sering terjadi pada usia madya.

k. Perubahan pada Kesehatan

Usia madya ditandai dengan menurunnya kesegaran fisik secara umum dan memburuknya kesehatan. Dimulai pada usia pertengahan 40 tahunan, terdapat peningkatan ketidakmampuan dan tidakabsahan yang berlangsung dengan cepat. (Parker E. dan Sherman)

Masalah kesehatan secara umum pada usia madya mencakup kecenderungan untuk mudah lelah, telinga berdengung, sakit pada otot, kepekaan kulit, pusing-pusing biasa, sakit pada lambung (konstipasi, asam lambung, dan sendawa) kehilangan selera makan, serta isomnia.

Bagaimana usia madya mempengaruhi kesehatan individu, tergantung pada banyak faktor seperti faktor keturunan, riwayat kesehatan masa lampau, tekanan emosi dalam hidup, dan kemauan untuk menyesuaikan diri dengan pola hidup untuk mengubah kondisi jasmani. Misalnya, orang yang agresif dan ambisi mungkin dapat mengelak dari permasalahan kesehatan selama masa dewasa dini, akan tetapi setelah berusia 40 tahun mereka tampaknya lebih banyak yang mengalami serangan jantung daripada mereka yang relatif santai dan melakukan lebih sedikit pekerjaan.

l. Perubahan Seksual

Sejauh ini, penyesuaian fisik yang paling sulit dilakukan oleh

pria maupun wanita pada usia madya terdapat pada perubahan-perubahan kemampuan seksual mereka. Wanita memasuki masa menopause atau perubahan hidup, di mana masa menstruasi berhenti, dan mereka kehilangan kemampuan memelihara anak. Adapun pria mengalami masa klimakterik pria.

Menopause dan Klimakterik, keduanya diliputi dengan misteri bagi kebanyakan pria dan wanita. Dan di sini terdapat berbagai kepercayaan tradisional, yang membuat orang semakin merasa takut dalam memasuki masa tersebut dalam kehidupan mereka ketika perubahan-perubahan fisik ini terjadi. Masa-masa ketika wanita mengalami menopause ini, misalnya, sering disebut sebagai "masa kritis". (Clausen dan Franzblau)

Sekarang sudah lebih banyak diketahui tentang penyebab dan akibat dari perubahan seksual yang terjadi selama usia madya, daripada waktu lampau. Selanjutnya, terdapat fakta yang berkembang bahwa perubahan tersebut merupakan bagian yang normal dari pola kehidupan dan juga diketahui bahwa perubahan-perubahan psikologis selama usia madya lebih merupakan akibat dari tekanan emosional daripada gangguan fisik. Keadaan ini berlaku, baik pada pria maupun wanita. (Lear W.)

m. Perubahan Seksual pada Wanita

Perubahan tubuh dan emosi secara umum terjadi pada saat menopause, tetapi tidak berlaku disebabkan atau berhubungan dengan keadaan tersebut. Berhentinya menstruasi hanya merupakan salah satu aspek dari menopause.

Umur rata-rata seseorang di mana menstruasi berhenti, terjadi pada sekitar 49 tahun. Walaupun demikian, keadaan ini sangat bervariasi pada wanita, tergantung pada faktor keturunan, kondisi umum kesehatan, dan variasi iklim. Terdapat fakta, walaupun menyimpang dari kesimpulan saat ini, bahwa merokok menyebabkan menopause datang lebih awal. (Brody J.E.)

Masa puber awal umumnya berarti masa menopause akhir, begitu pula sebaliknya. Kehilangan fungsi dalam memelihara anak

bukan lagi merupakan sebuah gejala sepanjang malam dari pembentukan fungsi ini pada masa puber. Berhentinya fungsi normal organ reproduktif memerlukan waktu lama, kecepatannya tergantung pada laju penurunan fungsi ovarium. Masa menopause dianggap berhenti apabila tidak terjadi menstruasi selama satu tahun.

Selama periode di mana interelasi sistem endokrin seiring dengan menurunnya fungsi ovarium, tanda-tandanya akan kelihatan pada gejala fisik. Keadaan ini merupakan akibat dari deprivasi estrogen yang berasal dari menurunnya fungsi ovarium. Dan lagi, simton-simton lainnya memang sebagian disebabkan oleh deprivasi estrogen, tetapi terutama oleh tekanan lingkungan, yang sebenarnya merupakan masalah psikologis. (Kivvet V.R. dan Treloar A.E.)

Ciri-ciri fisik dan psikologis Sindrom Menopause tersebut, sebagai berikut:

1. Menstruasi Berhenti

   Wanita dapat mengalami berhentinya menstruasi secara tiba-tiba periode reguler dengan pengurangan arus menstruasi secara berangsur-angsur; irregularitas bertambah dengan jarak periode yang semakin jauh, atau siklus yang lebih pendek dengan arus yang lancar dan deras.

2. Sistem Reproduksi Menurun dan Berhenti

   Ditandai juga oleh terhentinya reproduksi keturunan, sebagai akibatnya, maka tidak lagi memproduksi, hormon ovarium dan hormon progesteron.

3. Penampilan Kewanitaan Menurun

   Bila hormon-hormon ovarium berkurang, seks sekunder kewanitaan menjadi kurang kelihatan. Bulu di wajah bertambah kasar, suara menjadi mendalam, lekuk tubuh menjadi rata, payudara tidak kencang, dan bulu pada kemaluan dan aksial menjadi lebih tipis.

4. Ketidaknyamanan Fisik

   Ketidaknyamanan fisik yang dialami selama masa menopause ialah rasa tegang dan linu yang tiba-tiba di sekujur tubuh, termasuk kepala. Leher, dada bagian atas; keringat yang menyertai ketegangan tersebut diikuti dengan panas; gejala tegang terasa di seluruh tubuh pening; kelelahan; jengkel dan cepat marah; berdebar-debar; resah; dan dingin.

5. Berat Badan Bertambah

   Seperti halnya dengan anak puber memasuki periode "gemuk", banyak wanita yang bertambah berat selama menopause. Seperti lemak yang dibutuhkan selama masa puber, pada orang usia lanjut lemak menumpuk di sekitar perut dan paha yang membuat wanita kelihatan lebih berat dari yang sebenarnya.

6. Penonjolan

   Beberapa persendian, terutama pada jari, sering terasa sakit dengan menurunnya fungsi sel telur. Keadaan ini menyebabkan jari menebal atau timbul benjolan.

7. Perubahan Kepribadian

   Banyak wanita mengalami perubahan kepribadian selama masa menopause. Mereka mengalami diri tertekan, cepat marah, serta bersifat mengkritik diri dan mempunyai rasa penyesuaian yang luas. Dengan memulihnya keseimbangan endokrin pada akhir menopause, perubahan ini biasanya akan menghilang.

   Selama bertahun-tahun, dokter telah menggunakan terapi penggantian entrogen (*estrogen replacement therapy*) untuk memperlambat perubahan menopause dan untuk menghilangkan gangguan-gangguan fisik yang sering kali menyertai perubahan tersebut. Namun demikian, baru-baru ini bidang kesehatan melaporkan bahwa insiden kanker *uterine* lebih banyak dialami oleh wanita yang menerima terapi penggantian estrogen tersebut daripada yang tidak. Hal ini

membuat banyak wanita waspada jika tanda-tanda ketuaannya serius daripada risiko dari berkembangnya kanker *uterine*.

n. Perubahan Seksual pada Pria

Klimakterik pada pria sangat berbeda dengan menopause pada wanita. Klimakteri datang kemudian, biasanya pada usia 60 atau 70 tahunan, dan berjalan sangat lambat. Dengan datangnya penuaan secara umum pada seluruh tubuh, terjadi penurunan secara bertahap terhadap daya seksual dan reproduksi pria. Sangat sulit untuk menerangkan dengan tepat akan ketidakseimbangan hormonal pada pria dimulai, karena tidak ada indikasi yang pasti perubahan ini, seperti yang terjadi pada wanita dengan berhentinya menstruasi. Produksi testosteron dapat saja dimulai menurun pada pria pada usia berapa saja, tetapi besarnya kekurangan ini bertambah dengan meningkatnya usia.

Walaupun klimakteri pada pria sebenarnya lebih banyak terjadi pada periode usia lanjut daripada usia madya, akan tetapi tibanya juga pria yang berusia 40-50 tahun yang memiliki gejala yang serupa dengan yang terjadi pada wanita pada saat mereka mengalami menopause. Keadaan ini terjadi tanpa adanya perubahan organik yang dapat dibuktikan, sehingga sebenarnya lebih merupakan perubahan emosional, atau sosial daripada mental. Kejadian ini merupakan akibat dari tekanan-tekanan pekerjaan, masyarakat atau keluarga, dan fakta bahwa gejala ini tidak disembuhkan dengan terapi testosteron, dapat dianggap sebagai bukti asal usul psikologis mereka. (Archer D. dan Lear W.)

Walaupun demikian, terdapat bukti bahwa pria mengalami sindrom klimakterik selama usia madya, seperti yang dialami oleh wanita. Lear berkata, "Sindrom klimakterik merupakan gugusan dari tanda-tanda psikologis, konstitusional, dan psikologis yang terjadi pada pria berusia sekitar 45 sampai 60 tahun, sesuai dengan perubahan hormonal dan sering kali menyerupai sindrom klimakterik pada wanita". (Archer D.)

Ciri utama dari klimakterik pada pria, sebagai berikut:

Sindrom klimakterik pada pria

1. Rusaknya Fungsi Organ Seksual

   Setelah usia 50 tahun, Terjadi penurunan berangsur-angsur pada aktivitas gonad, walaupun pada usia 70 dan 80 tahun pria masih dapat membuahi istrinya.

2. Nafsu Seksual Menurun

   Menurunnya nafsu seksual seiring dengan menurunnya fungsi organ seksual. Ini merupakan akibat dari rusaknya fungsi gonad dan sebagian disebabkan oleh hal-hal yang bersifat psikologis, misalnya hubungan perkawinan atau pekerjaan tidak serasi, kekhawatiran tentang masalah ekonomi atau rumah tangga.

3. Penampilan Kelelakian Menurun

   Dengan menurunnya aktivitas gonad, pria kehilangan dan menampilkan beberapa ciri yang lebih bersifat kewanitaan. Misalnya, intonasi suara menjadi lebih tinggi, rambut di kepala dan tubuh berkurang, tubuh menjadi lebih gemuk sedikit, terutama pada perut dan paha.

4. Gelisah Akan Kepriaannya

   Laki yang menampilkan dan tingkah lakunya kurang maskulin akan lebih memerhatikan kejantanan. Keadaan ini sering mengarah ke impoten.

5. Ketidaknyamanan Fisik

   Banyak pria usia madya mengeluh karena mengalami depresi, gelisah, lekas marah, sensasi yang sungguh menggelikan, kepala pusing, insomnia, gangguan pencernaan, ketegangan, rasa tidak menentu secara tiba-tiba, letih, dan masih banyak penyakit kecil-kecilan. Beberapa kondisi ini memang nyata namun beberapa lainnya hanyalah khayalan.

6. Menurunnya Kekuatan dan Daya Tahan Tubuh

   Kemunduran ini sebagian disebabkan kesehatan yang bu-

ruk dan sebagian lagi karena defisiensi gonad. Karena nilai sosial yang tinggi yang ditaruh pada daya tahan tubuh dan kesehatan. Pria umumnya merasa bahwa mereka telah kehilangan keperkasaannya apabila kesehatan dan daya tahan tubuhnya menurun.

7. Perubahan Kepribadian

   Sehubungan dengan hilangnya keperkasaan menyebabkan sejumlah orang berusia madya berperilaku hampir sama dengan orang muda yang sedang menunjukkan kejantanannya. Periode ini dapat menjadi periode yang berbahaya bagi pria-pria, di mana ia yang masih punya istri, namun terlibat juga dalam urusan cinta dengan wanita lain.

2. Penilaian Tentang Penyesuaian Terhadap Perubahan Fisik

Penyesuaian terhadap perubahan fisik biasanya terjadi secara bertahap dan lambat laun, tetapi sekali pria atau wanita melakukannya maka mereka akan melakukan penyesuaian diri yang lebih baik terhadap peran mereka sebagai orang berusia madya. Rasa terkejut dan takut terhadap hilangnya kemudaan, yang bisa tampak dengan hilangnya tenaga fisik dan seksual sering berkembang ke arah sikap melawan dan menolak terhadap pekerjaan, pasangan, teman, dan kesenangan di masa lalu. Individu yang berusia madya yang bereaksi terhadap cara seperti ini tidak dapat menerima perubahan yang tidak terelakan yang menyertai menua dan akibatnya, penyesuaian diri yang buruk.

Hingga sejauh ini penyesuaian diri yang paling sulit yang harus dilakukan pria dan wanita ialah masalah perubahan dalam fungsi seksual. Penyesuaian ini lebih sulit bagi wanita daripada pria, dan mereka yang mau menerima, akan berhasil dalam penyesuaiannya sedang para remaja putri mempunyai kesulitan dalam penyesuaian fungsi seksual pada usia pubertas. Banyak wanita yang merasa tertekan jiwanya dan mengalami masa genting dalam mencoba untuk menyesuaikan dengan perubahan pola hidup yang datang bersamaan dengan masa menopause. (Clausen J.A. dan Horrocks J.E.)

a. Penyesuaian Wanita

Sejauh mana pun berhasilnya seorang wanita membuat penyesuaian diri terhadap perubahan fisik dan mental yang disertai menopause ialah sangat dipengaruhi oleh pengalaman masa lalunya, terutama kemauannya untuk menerima peranan seks sebagai wanita. Mereka yang melakukan penyesuaian diri yang buruk dahulu mempunyai reaksi psikologis terhadap menopause yang juga serupa dengan mereka yang mengalami selama masa puber, khususnya kecenderungan untuk makan terlalu banyak, dan kemudian menjadi gendut.

Adapun kebanyakan wanita siap bagi perubahan fisik yang timbul bersamaan dengan menopause, beberapa orang lagi siap bagi perubahan psikologis yang terjadi pada saat itu, beberapa dari padanya tidak berhubungan dengan menopause, seperti mereka yang melibatkan perubahan dalam peranan hidup. Sayangnya, perubahan ini biasanya bertepatan pada masa menopause, dan hal ini mengintensifkan kesulitan yang dialami wanita dalam menyesuaikan diri dengan perubahan fisik.

b. Penyesuaian Pria

Seberapa jauh seorang pria dapat menyesuaikan diri dengan klimakterik tampaknya dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu dan oleh keberhasilannya dalam menyesuaikan diri dengan bidang-bidang lain. Pria yang berhasil dalam bisnis, mereka yang menikmati prestise tinggi pada masyarakat dan yang dapat menyesuaikan dengan keadaan rumah tangganya, menerima perubahan dalam penampilan, dapat mengurangi ketegangan jiwa dan timbul gairah seks yang diinginkan sebagai bagian yang normal, yang terpendam dan disesuaikan secara filosofis.

Sebaliknya, pria yang tidak bahagia dengan pekerjaan kantornya atau kehidupan keluarganya, atau kedua-duanya, cenderung menolak perubahan fisik yang terjadi pada usia madya. Sikap tidak mau menerima ini telah dijelaskan yang disebut “usia berbahaya” yang umum tetapi tidak universal di kalangan pria berusia madya.

3. Penyesuaian Diri Terhadap Perubahan Mental

Ada kepercayaan tradisional bahwa apabila kekuatan fisiknya menurun, kemampuannya pun menurun juga. Penelitian Terman dan Oden pada sekelompok pria dan wanita yang diikuti dari usia prasekolah hingga usia madya memperlihatkan bahwa kemunduran mental tidak mulai (ada) selama usia madya di kalangan orang-orang yang mempunyai intelektual tinggi. Penelitian berikutnya yang dilakukan 50 tahun setelah ini hanya menunjukkan sedikit kemunduran intelektual di antara kelompok intelektual yang tinggi (Maeroff). Dalam kemampuan mental khusus, pemecahan masalah semacam ini dan kemampuan verbal, dilaporkan bahwa hampir tidak ada penurunan mental pada usia madya di kalangan orang-orang yang kemampuan intelektualnya tinggi.

Suatu studi yang dilaporkan oleh Kangas dan Bradway menyimpulkan bahwa kecerdasan dapat sedikit meningkat pada usia madya, terutama pada mereka yang tingkat kecerdasannya tinggi. Studi ini Dilakukan terhadap sekelompok kecil orang, yang terdiri dari 48 subjek dan mereka diuji dalam satu tahun penuh: pada tingkat prasekolah, sekolah lanjutan, orang dewasa muda, dan akhirnya ketika mereka berusia antara 39 dan 44.

Sama seperti anggota kelompok Terman dan Oden, mereka yang IQ-nya rendah. Pria menunjukkan peningkatan nilai IQ pada saat mereka menjadi semakin tua, sedang wanita menunjukkan sedikit penurunan. Karena pria secara mental harus lebih waspada dan siap untuk bersaing dalam kerja daripada wanita bersaing untuk membawakan peran sebagai pengatur rumah. Penemuan-penemuan ini menunjukkan bahwa kegunaan kemampuan mental merupakan faktor penting dalam menentukan apakah terdapat kemunduran mental pada usia madya.

Bahwa banyak pria dan wanita yang cemas untuk membangun kesediaan secara mental dibuktikan oleh minat yang berkembang dalam mentalnya yang masih ada, hal ini merupakan bukti bahwa daya tarik tersebut dianggap sebagai bentuk rekreasi dengan cara semakin

sering mencela penyelenggaraan pendidikan yang pernah mereka terima dahulu dari tingkat SD hingga tingkat pendidikan tinggi.

4. Penyesuaian Diri Terhadap Minat yang Berubah

Perubahan minat yang ada pada masa usia madya terjadi sebagai akibat dari perubahan tugas, tanggung jawab, kesehatan dan peran, dalam hidup, konsentrasi pria pada bidang pengembangan kerja pada umumnya memainkan peran penting dalam menekan keinginan mereka dibanding pada masa yang relatif masih muda. Orang yang lebih berhasil adalah mereka yang memerhatikan dan mempunyai banyak waktu yang harus dihabiskan untuk pekerjaannya dan hanya sedikit waktu yang digunakan untuk memenuhi keinginan dan bentuk kegiatan lainnya.

Perubahan minat dalam peran bagi para wanita jauh lebih tegas dan konkret pada usia madya dibanding pria, konsekuensinya, perubahan keinginan ini lebih berkesan. Keinginan baru mungkin akan menjadi mantap pada waktu usia madya, tetapi baik pria maupun wanita tampaknya lebih berperan teguh pada minat lama yang pernah memberikan kepuasan, daripada harus menggantinya dengan minat baru, kecuali lingkungan dan pola hidupnya berubah, tetapi masih mempunyai kesempatan untuk mengembangkan keinginan dan motivasi baru.

Kecenderungan ini bertujuan agar tetap dapat berpegang teguh pada minat lama daripada membuat minat baru yang belum tentu dapat mendatangkan kepuasan, ini jelas dapat diartikan sebagai indikasi dari popularitas mental yang kaku yang berkaitan dengan usia madya dan ketuaan seseorang. Dari studi tentang orang berusia madya, ada sedikit bukti bahwa hal seperti itu merupakan kasus saja jadi bukan bukti yang lebih bersifat nilai. Orang usia madya tahu tentang pengalaman yang dapat memberinya kepuasan dan mereka melihat apakah ada alasan kecil untuk sekadar mengubah atau mencari variasi saja.

Ciri-ciri tentang perubahan minat selama masa usia madya sebagai berikut:

- Minat biasanya lebih ditekankan daripada dikembangkan seiring dengan bertambahnya usia.
- Ada pergeseran penekanan pada minat yang sekarang ada seperti apabila minat akan pakaian mewah bergeser kebentuk dan warna pakaian yang dapat memberikan kesan lebih muda.
- Ada pergeseran penekanan minat yang lebih bersifat menyendiri seperti: menonton TV, membaca, dan hobi lainnya.
- Banyak usia madya yang mengembangkan keinginan untuk memperdalam budaya misalnya dengan membaca, melukis, menghadiri ceramah-ceramah, dan konser.
- Ada penurunan dalam pembedaan jenis kelamin, di mana pria semakin berminat terhadap kegiatan yang dipandang sebagai kegiatan wanita, seperti membaca berita ringan daripada kegiatan yang dianggap sebagai kegiatan kaum pria seperti: olahraga, menonton pertandingan olahraga.
- Ada kecenderungan untuk saling membagi minat baik pada pria maupun wanita, misalnya minat untuk memperdalam kebudayaan sebagai pengganti kegiatan biasanya dilakukan dengan teman-teman sejenisnya.
- Ada peningkatan minat akan kegiatan yang mengarah kepeningkatan kemampuan pribadi. Misalnya, menghadiri kuliah, ceramah-ceramah, konser, ikut kursus, dan mengurangi kegiatan yang semata-mata bersifat hiburan, seperti pergi menonton film atau bermain kartu. Semua ini dilakukan lebih banyak oleh mereka yang berusia lewat setengah baya daripada mereka yang berasal dari golongan yang lebih rendah.

Perubahan ini dapat mengakibatkan minat pria atau wanita atau keduanya akan terjadi secara bertahap dan tersebar ke seluruh tingkat usia madya tersebut.

5. Penampilan dan Pakaian

Minat dalam penampilan yang mulai berkurang setelah menikah dan khususnya selama tahun-tahun awal sebagai orang tua semakin tampak pada waktu perubahan fisik terjadi, yang dibarengi dengan semakin bertambahnya usia. Pria memahami betul peran pakaian dan perawatan demi keberhasilan usahanya. Seperti biasa mereka dapat mencapai puncak prestasi pada usia madya, maka mereka menjadi semakin sadar terhadap peranan pekaian daripada yang biasa ia pakai pada masa muda dahulu atau pada waktu status kepegawaiannya masih rendah. Pada wanita justru terjadi sebaliknya, kesadaran tentang peranan pakaian lebih kecil dibandingkan dengan pria atau pada masa remajanya, tetapi mereka juga sepakat bahwa peranan pakaian dan dandanan penting agar usaha dan dunia sosialnya berhasil.

6. Uang

Tanpa menyinggung berapa banyak atau sedikit uang yang mereka miliki, pria dan wanita berusia madya memang tertarik pada uang, tetapi penekanan akan ketertarikan pria pada uang selama usia madya sering berbeda dari ketertarikan wanita usia madya.

Bagi mereka yang berasal dari kelompok yang tidak/sedikit memiliki keterampilan, selama mereka berusia madya pekerjaannya kurang mantap. Lebih lagi, kecepatan menurunnya sebanding dengan mereka peroleh dalam mempelajari teknik baru, yang memaksa mereka untuk menerima pekerjaan dengan upah yang lebih rendah dibandingkan dengan upah mereka pada awal masa puncak karirnya, oleh karena itu bagi mereka uang menjadi sumber yang betul-betul diperlukan. Akibat dari kesalahan yang buruk, utang yang dibawa pada tahun-tahun awal atau tanggung jawab ekonomi dari keluarga berusia madya, cenderung beban uang bagi pria dari semua kelompok pekerja, kecuali mereka yang pendapatan lebih banyak dari tuntutan kebutuhan.

Dalam usia madya biasanya ada perubahan perilaku terhadap penggunaan uang. Akibatnya mereka dapat membelanjakan penda-

patan mereka, sesuai dengan kebutuhan keluarga dan menabung untuk mengatasi situasi dengan kebutuhan keluarga dan menabung untuk mengatasi situasi darurat yang sewaktu-waktu bisa datang dan juga demi hari tua mereka. Tetapi untuk masalah seperti itu banyak anak muda yang berbuat keliru dengan melakukan pemborosan-pemborosan pada saat mempunyai cukup uang. Semakin tua, perilaku royal ini makin berkurang sebagai akibat dari sistem nilai yang dianut semakin berbeda daripada sistem yang kolot, yang biasanya juga sejalan dengan bertambahnya umur.

7. Simbol Status

Karena usia madya suka berpikir dan mawas diri sebagai generasi pemimpin yaitu kelompok yang mempunyai kekuasaan dan kekuatan yang besar, maka mereka ingin memiliki harta benda yang dapat digunakan untuk menyatakan status mereka kepada orang atau kelompok lain. Seperti yang dikatakan Pockard, “Bahwa status timbul dari penilaian yang dipunyai orang dalam kepalanya, yang mereka anggap sebagai nilai sosial, seperti: alamat rumah merupakan lambang status seseorang.”

Walaupun sebagian besar orang usia madya, telah mengetahui sejak masa dewasa tentang betapa penting peranan simbol status bagi orang lain yang akan menilainya, tetapi pada umumnya mereka tidak dapat mencapainya pada waktu masih dewasa, karena pada saat itu pendapatan keluarga masih sangat kecil, sedang anak-anaknya sangat menguras pendapatan keluarga. Kalau kekhawatiran keuangan pada awal masa dewasa berkurang, justru pada masa usia madya orang menjadi semakin tertarik dengan simbol status.

Nilai pemilikan berbagai bentuk harta benda seperti rumah, mobil, dan pakaian biasanya digunakan sebagai simbol status karena bila lebih dapat dilihat. Rumah misalnya biasanya dianggap sebagai status yang paling penting sebab harganya jauh lebih mahal daripada mobil dan pakaian. Apabila seseorang mempunyai alamat rumah yang lebih elite, maka ini akan memperkuat simbol status seseorang. Lebih lanjut, dengan rumah ini memungkinkan seseorang untuk memanfaat-

kan simbol status lainnya seperti: perlengkapan rumah tangga yang mahal, barang-barang antik, dan koleksi benda seni.

Makin cemas seseorang dalam meningkatkan kelas sosialnya, maka simbol status terasa semakin penting. Apabila karena mobilitas sosial seseorang pada usia madya pindah kelompok ke masyarakat baru, para tetangga dan berbagai hal yang berhubungan dengannya, menafsirkan mereka atas dasar simbol status mereka sebelum ditolak atau diterima oleh kelompok baru ini. Makin banyak simbol status yang dapat dimilikinya, maka makin tinggi kemungkinan dan kesempatan untuk memperoleh pengakuan.

8. Agama

Banyak orang yang berusia madya, baik pria maupun wanita yang tertarik pada kegiatan yang berhubungan dengan keagamaan daripada yang pernah mereka kerjakan pada waktu masih muda. Walaupun keinginannya ini mungkin bukan karena alasan keagamaan. Contohnya banyak orang usia madya, terutama wanita yang karena mempunyai banyak waktu luang menganggap bahwa kegiatan keagamaan atau sosial dapat digunakan untuk memenuhi kebutuhannya. Keinginana untuk lebih terlibat dengan kegiatan keagamaan akan semakin besar setelah seseorang kehilangan anggota keluarga atau teman dekatnya.

Banyak juga wanita dan pria usia madya menemukan agama sebagai sumber kesenangan dan kebahagiaan yang lebih besar daripada yang pernah diperoleh dahulu sewaktu usianya masih muda. Secara keseluruhan, orang yang berusia madya kekhawatirannya berkurang karena agamanya, kepercayaan kurang dogmatis, kurang yakin kalau dikatakan bahwa ada satu agama yang yakin benar di dunia ini dan mempunyai pandangan yang skeptis tentang setan, neraka, dan keajaiban daripada kepercayaan yang dimiliki oleh anak muda yang masih di perguruan tinggi. Hidup mereka tidak diganggu oleh hal-hal yang berbau keagamaan dan mempunyai toleransi agama yang lebih baik dari anak muda. (Hawkins Leshan dan Sheehy)

9. Urusan Kemasyarakatan

Sosial seperti terjadi di rumah dan pekerjaannya juga merasa bahwa masa madya merupakan saat untuk melayani. Selama usia madya, baik pria maupun wanita mempunyai alasan yang berbeda untuk terjun dan bergabung dalam organisasi masyarakat dan aktif melakukan kegiatan. Orang usia madya berpartisipasi dalam organisasi formal masyarakat demi kesenangannya. Alasan lain mengapa mereka melibatkan diri dalam kegiatan sosial ialah karena perasaan sepi. Puncak keinginan untuk berpartisipasi aktif adalah semasa usia 40-an dibanding pada usia 50-an dan bagi wanita mulai aktif pada usia menjelang 40-an.

Menuruti keinginan untuk berpartisipasi aktif dalam organisasi masyarakat ialah selama usia 50-an mungkin sebagian disebabkan oleh menurunnya kesehatan dan kemampuan fisik. Atau karena mereka tahu bahwa organisasinya memerlukan pemimpin dan anggota yang lebih muda, akibatnya ada kecenderungan untuk merencanakan kegiatan organisasi bagi anak muda dibandingkan dengan kegiatan untuk mereka yang berusia madya. (Angrist & Cutler)

10. Rekreasi

Salah satu tugas perkembangan pokok selama masa usia madya ialah belajar menggunakan waktu luang dengan cara yang memuaskan. Ini merupakan tugas yang sulit karena pria maupun wanita pada usia ini mempunyai lebih banyak waktu luang, dibandingkan dengan awal masa mudanya. Karena itu, biasanya mereka meningkatkan jumlah kegiatan yang bersifat reaksional.

Keinginan untuk berekreasi pada usia madya dalam beberapa aspek berbeda dengan mereka yang masih muda. Ada empat perubahan penting khusus yang terjadi pada usia madya tentang keinginan untuk berekreasi:

1. Daya tarik terhadap kegiatan rekreasi yang berat-berat sangat berkurang karena secara individual lebih suka kegiatan yang lebih tenang.

2. Ada pertukaran keinginan untuk berekreasi, yaitu rekreasi yang melibatkan banyak orang ke bentuk rekreasi yang melibatkan beberapa orang saja.
3. Kegiatan rekreasionalnya cenderung untuk berorientasi pada jenis kegiatan untuk orang dewasa.
4. Keinginan rekreasi pada usia madya cenderung memilih untuk berorientasi pada kegiatan yang dapat memberi kesenangan paling besar, dan untuk membebaskan diri dari kegiatan yang kurang menarik.

Kegiatan rekreasi yang populer bagi usia madya antara lain:

1. Olahraga

   Usia madya baik pria ataupun wanita lebih banyak waktu untuk menonton pertandingan olahraga, dan melakukan olahraga ringan seperti berenang, memancing, main golf, berlayar, dan boling.
2. Membaca

   Usia madya juga banyak waktu untuk membaca surat kabar dan majalah dibanding buku, tetapi apa yang dibaca lebih karena dipilih-pilih daripada yang biasa dibaca pada masa muda, dan sebagian besar senang membaca topik tentang dunia kriminalitas dan seks.
3. Film

   Usia madya kurang sering menonton film daripada yang biasa ia lakukan sebelumnya, dan mereka senang menonton film di televisi terutama film yang terkenal.
4. Radio dan Televisi

   Orang berusia madya umumnya sering mendengarkan radio sambil mengerjakan pekerjaan rumah, juga senang menonton televisi tetapi hanya untuk acara-acara tertentu saja.
5. Melakukan perjalanan (piknik)

   Pria usia madya mempunyai sedikit tanggung jawab sebagai orang tua terhadap anak-anaknya dan pendapatannya relatif

meningkat sehingga mereka dapat melakukan perjalanan lebih banyak lagi, untuk mengunjungi teman-teman, keluarga, atau sekadar jalan-jalan.

6. Hobi

   Hobi pada usia madya terutama bersifat konstraktif seperti berkebun, menjahit, mengecat, memasak, dan pertukangan kayu.

7. Hiburan

   Orang yang berusia madya biasanya mempunyai cukup waktu dan uang guna menikmati hiburan daripada waktu sebelumnya. Teman-teman sejenisnya juga suka bergabung untuk mengobrol atau main kartu.

8. Mengikuti kursus-kursus

   Pada umumnya, orang yang mengikuti berbagai kursus untuk kesenangan semata, jadi bukan untuk meningkatkan karier. Mereka menyukai rangsangan intelektual, kontak sosial, dan suka untuk keluar rumah.

11. Perbedaan Jenis Kelamin dalam Reaksi

Ada dua perbedaan yang bersifat umum:

1. Pria dari lapisan seluruh kelas sosial lebih mengonsentrasikan waktu kegiatan reaksi mereka pada olahraga dibandingkan dengan wanita khususnya sebagai penonton pada kontes atletik; mereka juga menyukai kegiatan memancing dan berperahu, dan sedikit waktu untuk berkebun, bertukang, dan memperbaiki rumah. Adapun wanita mempunyai keinginan yang kuat untuk membentuk kumpulan-kumpulan yang bersifat formal maupun informal dengan orang-orang lain memanfaatkan banyak waktu untuk membaca, dan kerja tangan yang dilakukan lebih artistik daripada ulitarian.
2. Minat reaksional sangat dipengaruhi oleh peran pria dan wanita usia madya. Pada pria, pola minat rekreasional sangat dipengaruhi pekerjaannya. Apabila dia harus bekerja terus seperti dokter, yang menuntut banyak waktu ia tidak hanya kekurangan waktu

untuk rekreasi dibandingkan dengan pria yang sedikit bekerja tetapi juga kekurangan energi untuk rekreasi, dan akibatnya cenderung mencari hiburan saja. Adapun keinginan rekreasi wanita dipengaruhi oleh perannya di rumah.

12 Penyesuaian Sosial

Banyak orang yang berusia madya terutama kaum wanitanya, menyadari bahwa kegiatan sosial dapat menghilangkan kesepian karena anak-anaknya telah dewasa semua dan mulai berkeluarga.

Selama usia madya, orang senang terhadap kegiatan menjamu teman dalam bentuk acara makan malam, pesta-pesta, dan pada umumnya kehidupan sosial mereka senang berkumpul dengan jenis kelamin yang sama. Kegiatan semacam ini mencapai puncaknya pada waktu mereka berusia sekitar akhir 40-an dan mengalami penurunan pada usia 60-an. Kemudian bila seseorang mulai memasuki masa pensiun, dengan berkurangnya pendapatan kegiatan dalam masyarakat mulai berkurang. Akibatnya, pria dan wanita yang berusia sekitar 50-an cenderung menghabiskan waktunya dengan anggota kerabat keluarga dekat.

Bagaimanapun pola kegiatan sosial dalam masa usia madya sangat dipengaruhi oleh status kelas sosial seseorang. Mereka yang status sosial-ekonominya tinggi akan lebih aktif pada masa usia tersebut dibandingkan dengan mereka yang berstatus rendah. Sebagian besar kontak sosial hanya dengan anggota atau tetangganya. Seperti yang dikatakan oleh Packard bahwa mereka sedang memasuki periode isolasi sosial.

Ada kegiatan sosial untuk orang yang berusia madya yang membedakan jenis kelamin sebagai persyaratan yang setengah resmi. Pria pada umumnya mempunyai lebih banyak teman dan kerabat daripada wanita, namun wanita mempunyai hubungan yang lebih dekat dengan teman-temannya daripada pria. Kebanyakan pria menjadi anggota yang lebih dari satu organisasi, sedang wanita umumnya lebih banyak mencurahkan tenaga dan waktunya dalam kegiatan organisasi di mana dia terdaftar sebagai anggotanya dibandingkan pria.

Wanita mempunyai lebih banyak kontak sosial dengan anggota keluarga dan saudaranya, Adapun pria tidaklah demikian.

13. Penilaian Tentang Penyesuaian Sosial Usia Madya

Penyesuaian sosial pada setiap tahap usia ditentukan oleh dua faktor. *Pertama*, sejauh mana orang dapat memainkan peran sosial secara tepat sesuai dengan apa yang diharapkan dari padanya. *Kedua*, sebenarnya banyak kepuasan yang diperoleh seseorang. Karena ia memainkan salah satu peran penting dalam mengembangkan tugas seseorang selama usia madya ialah untuk mencapai tanggung jawab sebagai warga negara dan tanggung jawab sosial. Seberapa jauh tingkat keberhasilan dalam menguasai tugas-tugas ini tidak akan mempengaruhi penyesuaian sosialnya tetapi berpengaruh juga pada penyesuaian pribadi dan kepuasan yang diperoleh. Bagaimanapun juga keberhasilan yang dicapainya dalam menguasai tugas perkembangan ini ditentukan oleh faktor sosial dan fisik, selain hal ini hampir tidak ada untuk mengontrol.

Studi tentang penyesuaian sosial pada usia madya menunjukkan bahwa ada faktor tertentu yang menyebabkan seseorang mempunyai fungsi sosial yang baik pada usia ini.

Faktor penting yang menyebabkab orang usia madya mempunyai fungsi sosial yang baik sebagai berikut:

1. Kesehatan yang baik.
2. Kaitan yang erat dengan kegiatan sosial yang dapat melahirkan motivasi.
3. Kemahiran dan keterampilan sosial diperoleh sebelumnya dapat memperkuat kepercayaan diri dan dapat mempermudah masalah sosial.
4. Tidak hadir karena ada urusan keluarga dan keuangan tidak cukup membatasi kemauan dan kemampuannya untuk berfungsi sebagai kelompok ahli sosial.
5. Status sosial yang sesuai dengan teman sebayanya tentang keinginan kelompok sosial yang memungkinkan bergabung dengan organisasi masyarakat.

6. Kemauan untuk berperan sebagai pengikut dengan ikhlas.

Studi tentang pola hubungan sosial di kalangan pasangan usia madya, menghasilkan kesimpulan bahwa jaringan sosial yang erat lebih biasa terjadi apabila suami dan istri dibesarkan dan tinggal di-daerah yang sama. Sebaliknya, jaringan sosial yang longgar ini umum terjadi di antara mereka yang berpindah-pindah tempat tinggal, terutama pasangan yang berasal dari golongan sosial-ekonomi menengah ke atas.

14. Bahaya Personal dan Sosial

a. Bahaya Personal

Ada beberapa bahaya personal bagi orang berusia madya dalam menyesuaikan diri dengan peran dan gaya hidup baru. Dari ini semua ada enam macam yang dianggap umum dan serius:

- Diterima kepercayaan tradisional. Diterimanya kepercayaan tradisional tentang ciri-ciri usia madya mempunyai pengaruh yang sangat mendalam terhadap perubahan perilaku fisik yang terjadi seiring dengan bertambahnya usia.
- Idealisasi anak muda. Banyak orang usia madya khususnya kaum pria secara konstan menentang pengelompokan usia dalam pola perilaku umum. Seperti anak yang menjelang akil baliq, mereka juga tidak mau dibatasi perilakunya. Begitu juga orang yang berusia madya, mereka juga tidak mau dibatasi perilaku dan kegiatannya, tetapi masing-masing dari contoh ini mempunyai alasan yang berbeda. Sikap memberontak seperti ini berasal dari pengenalan terhadap nilai bahwa masyarakat mengikat anak muda dan karena itu mereka menentang terhadap setiap bentuk pembatasan.
- Wanita yang mempunyai kemampuan penyesuaian diri paling buruk adalah mereka yang sangat terikat dengan pentingnya faktor penampilan yang keremaja-remajaan dan yang mengagumi keperkasaan. Apabila mereka dipaksa untuk mengaca diri bahwa mereka tidak menarik seperti dahulu lagi, sehingga mereka tidak

lagi dapat menarik perhatian pria, mungkin mereka akan berontak terhadap statusnya sebagai orang berusia madya.

- Penyesuaian peran. Orang yang pernah mempunyai kesempatan untuk memainkan banyak peran biasanya akan lebih mudah untuk menyesuaikan diri dengan peran yang baru. Untuk dapat menyesuaikan dengan baik dengan peran yang baru, seseorang harus dapat menghilangkan emosi yang selama ini diterapkan dalam peran tertentu dan memanfaatkannya pada kesempatan yang lain. (Havigurst)
- Perubahan keinginan dan minat. Bahaya besar dalam penyesuaian diri seseorang pada usia madya timbul karena ia mau tidak mau mengubah keinginan dan minatnya sesuai dengan tingkat ketahanan tubuh dan kemampuan fisik serta memburuknya tingkat kesehatan fisik. Mereka mau tidak mau harus mencoba untuk mencari dan mengembangkan keinginan baru sebagai pengganti keinginan lama yang biasa dilakukan, atau jauh hari sebelum masa madya tiba, mereka telah mengembangkan keinginan baru ini yang cukup menarik sehingga dapat membebaskan diri dari perasaan tertekan dan tidak enak karena kehilangan keinginan yang biasa dilakukan.
- Simbol status. Yang dianggap sebagai ciri umum yang dapat membahayakan penyesuaian pribadi dan sosial, apabila keluarga tidak berusaha untuk mencapai atau memiliki simbol yang diinginkan. Ada tiga reaksi umum sebagai bagian dari wanita yang sangat membutuhkan simbol antara lain:
    1. Dia akan mengeluh dan mengomeli suaminya yang tidak dapat menyediakan cukup uang unutk memperoleh status tersebut.
    2. Dia akan bersikap boros dan menjerumuskan keluarganya dengan melakukan utang.
    3. Dia dapat juga berbuat sesuatu dengan cara bekerja, untuk mempunyai cukup uang dan mencukupi kebutuhannya.

- Aspirasi yang tidak realistis. Orang yang berusia madya mempunyai keinginan yang tidak realistis tentang apa yang ingin dicapai, akan menghadapi masalah yang serius dalam proses penyesuaian diri dan sosial, apabila kelak ia menyadari bahwa ia tidak dapat mencapai tujuan tersebut, ini merupakan bawaan dari masa remaja. Bahaya ini merupakan efek langsung bagi pria, Adapun bagi wanita merupakan efek tidak langsung apabila suaminya gagal atau tidak mampu untuk mencapai cita-cita yang diinginkan.

b. Bahaya Sosial

Ada beberapa kondisi yang dapat mempengaruhi penyesuaian sosial pada masa usia madya, yaitu sebagai berikut:

1. Falsafah kursi berkarang

   Orang usia madya, yang berfalsafah bahwa seseorang yang terkurung menjadi tidak aktif karena harus tinggal pada sisi kecil dalam menikmatinya, dalam situasi sosial tertentu.

2. Penampilan yang tidak menarik

   Orang usia madya baik pria maupun wanita pasrah terhadap penampilannya yang semakin memburuk, dan mereka tidak berusaha atau malas berusaha untuk memperbaikinya.

3. Kurang memiliki keterampilan sosial

   Orang usia madya yang tidak pernah belajar tentang keterampilan sosial dengan teman sebayanya selama ia masih muda, atau belajar dengan cara asal-asalan ketika awal masa dewasanya, akan merasa menderita dalam suasana sosial yang tenteram dan akan menarik diri atau akan melakukan peran yang tidak diinginkan.

4. Kecenderungan untuk lebih suka berkontak dengan keluarga

   Orang usia madya, baik pria maupun wanita yang menganggap anggota keluarganya lebih menyenangkan daripada orang luar dan kegiatan dalam keluarga lebih menyenangkan daripada dengan yang dilakukan oleh masyarakat.

5. Masalah keuangan

   Orang usia madya yang terganggu oleh masalah keuangan juga karena pendidikan anak-anaknya tidak memungkinkan untuk berpartisipasi dalam berbagai kegiatan sosial dengan teman-teman, maka mereka akan tersaingi dari kegiatan sosial.

6. Tekanan karena keluarga

   Bagi sebagian besar orang yang berusia madya yang masih mempunyai tanggung jawab keluarga, mempunyai beban lebih banyak daripada waktu anak-anaknya masih kecil. Akibatnya, orang ini masih merasa tertekan karena harus menolong keuangan dan juga bantuan melalui bantuan pribadi untuk pertumbuhan anak, cucu, atau orang yang masih tergantung padanya. Situasi seperti ini akan mengurangi jumlah uang dan keterlibatannya dalam kegiatan sosial.

7. Popularitas yang diinginkan

   Beberapa orang pria maupun wanita yang berusia madya terutama mereka yang dahulu kawin muda yang telah mempunyai pengalaman baik yang bersifat temporer sebelum menikah, sekarang ingin terlibat aktif dalam kegiatan sosial sebagai bukti popularitasnya. Hal ini dapat menimbulkan bahaya apabila dalam usahanya untuk mencapai tujuan ini mencoba menerobos pola hidup yang telah mapan, untuk mencari sesuatu yang menarik dan melakukan petualangan di luar rumah, dengan melalaikan tugas-tugasnya.

8. Mobilitas sosial

   Mobilitas seseorang sering terasa sulit apabila ia tidak mungkin untuk mendekatkan dan masuk ke dalam jaringan kerja sosial secara aktif yang selama ini telah dilakukan oleh para tetangganya atau kelompok sebayanya. Oleh karena itu, ia merasa harus terasing kalau ia tidak dapat berafiliasi dengan kelompok yang mau menerimanya. Kondisi ini umumnya dibawa secara bertahap sejak seseorang masih muda, terutama pada waktu seseorang berusia remaja dan dewasa muda. Itulah sebabnya

mengapa orang pada masa mudanya tidak memiliki kemampuan penyesuaian sosial dengan cara yang baik sehingga pada waktu ia berusia madya hasilnya akan sama saja. Orang usia madya tidak dapat mengikuti perkembangan penting untuk memegang tanggung jawab sosial dan tanggung jawab sebagai warga negara, di masa tua hidupnya akan terasa kesepian dan tidak bahagia sehingga mengakibatkan ia terlambat dalam proses penyesuaian sosialnya.

15. Usia Madya: Penyesuaian Pekerjaan dan Keluarga

Penyesuaian diri yang berpusat di sekitar pekerjaan dan keluarga lebih sulit pada usia madya daripada penyesuaian pribadi dan sosial. Membangun dan mempertahankan suatu standar hidup yang menyenangkan telah menjadi semakin sulit pada akhir-akhir ini.

- Perubahan kondisi bekerja yang mempengaruhi pekerja berusia madya:
  - Sikap sosial yang tidak menyenangkan
    Anggapan bahwa mereka sudah terlalu tua untuk mempelajari keterampilan baru, mereka berusaha mengikuti perkembangan zaman. Misalnya, mereka tidak dapat bekerja sama dengan teman sekerja, dan suka membolos atau mendapat kecelakaan di tempat kerja karena kesehatannya terganggu.
  - Strategi perekrutan karyawan
    Anggapan bahwa usia muda lebih produktif dibanding usia tua, sehingga bagi usia tua mendapatkan pekerjaan sulit dan beralih pekerjaan sangat riskan bagi pekerja yang berusia tua.
  - Meningkatnya penggunaan otomatis
    Pekerjaan sekarang banyak yang sudah otomatisasi dan membutuhkan inteligensi yang tinggi, banyak latihan dan kecepatan yang lebih besar Adapun bagi usia madya sulit untuk ini.

- Kerja kelompok
  Usia madya sulit untuk bekerja sama dengan atasan dan teman sekerjanya.
- Peranan istri
  Istri sebagai penasihat suaminya dalam menghadapi berbagai masalah kerjanya, menjadi modal (*asset*) dalam fungsi sosial dan aktif dalam masyarakat.
- Masa pensiun wajib
  Kesempatan untuk dipromosikan setelah usia 50 tahun kecil kemungkinannya. Mendapatkan pekerjaan baru sulit, kecuali pekerjaan pada tingkat yang lebih rendah dengan gaji yang lebih rendah pula.
- Kekuasaan bisnis besar
  Bisnis-bisnis kecil sekarang telah diambil alih oleh bisnis besar, dengan adanya merger, dan konsolidasi. Sehingga bagi pekerja usia madya sulit mendapatkan tempat, seperti bidang kerja di tingkat manajemen.
- Relokasi
  Dengan adanya konsolidasi sehingga ada karyawan yang dipindahkan tempat kerjanya, bagi pekerja usia madya sering mendapatkan kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lokasi baru, dan berdampak pada tempat tinggal dan keluarga juga.

16. Kondisi yang Menunjang Kepuasan Kerja Pada Usia Madya

- Prestasi kerja sebaiknya ditetapkan jauh sebelumnya.
- Kepuasan yang diperoleh setiap anggota keluarga atas prestasi yang dicapai dalam kerja.
- Kesempatan untuk mengaktualisasikan diri dalam pekerjaan.
- Hubungan yang menyenangkan dengan sesama pegawai.
- Kepuasan yang diperoleh atas perlakuan dari kebijakan organisasi dan atasan langsungnya.

- Kepuasan terhadap ketentuan yang dibuat oleh pimpinan tentang tunjangan kesehatan, cuti, kecelakaan, ketidakmampuan, pensiun, dan berbagai tunjangan lainnya.
- Merasa aman dengan pekerjaannya.
- Tidak ada paksaan untuk berpindah tugas, untuk memegang tanggung jawab tertentu, untuk memajukannya atau untuk pindah ke pekerjaan baru.

17. Kondisi yang Merumitkan Penyesuaian Diri Terhadap Perubahan Pola Keluarga Pada Usia Madya

a. Perubahan Fisik

Gangguan mental dan fisik yang datang bersama dengan hadirnya masa menapouse bagi wanita dan klimakterik bagi pria yang mempersulit penyesuaian terhadap masalah dan malah mengakibatkan gangguan terhadap kesehatan.

b. Hilangnya Peran sebagai Orang Tua

Orang dengan usia madya dapat memanfaatkan waktunya dengan melakukan berbagai kegiatan yang dapat memuaskannya, maka mereka akan dapat menyesuaikan dirinya dengan statusnya karena hilangnya peran sebagi orang tua.

c. Kurangnya Persiapan

Sebagian besar usia madya mempersiapkan diri pada perubahan fisik namun kadang lupa mempersiapkan diri untuk mengubah perannya dalam keluarga maupun pekerjaanya.

d. Perasaan Kegagalan

Mereka yang berusia madya yang perkawinannya tidak menghasilkan sesuatu yang mereka harapkan, atau yang anak-anaknya tidak sesuai harapan, sering menyalahkan dirinya sendiri dan merasa gagal.

e. Merasa Tidak Berguna Lagi

Usia madya merasa tidak berguna lagi pada waktu tanggung jawabnya sebagi orang tua menurun atau berakhir.

f. Kekecewaan Terhadap Perkawinan

Sering disebabkan oleh berbagai perubahan yang tak terduga dalam kehidupan perkawinan. Contoh: Suami diberhentikan dalam pekerjaan.

g. Merawat Anggota Keluarga Berusia Lanjut

Pada umumnya, orang yang berusia madya merasa kesal karena diberi tanggung jawab untuk merawat keluarga yang berusia lanjut. Mereka tidak ingin dipaksa untuk berbuat seperti waktu anak-anak mereka masih kecil dan juga karena mereka takut akan terjadi hubungan yang tegang antara keluarga atau anak-anak yang telah dewasa.

Beberapa masalah penyesuaian yang harus dihadapi oleh suami dan istri dalam kehidupan keluarganya ialah bersifat pribadi, sedang masalah lain sedikit banyak bersifat universal sebagai produk dari kebudayaan tempat orang dibesarkan. Sebagian masalah ini sebagai berikut:

- *Penyesuaian Terhadap Perubahan Peran*

Pada waktu anak-anak mulai meninggalkan rumah untuk studi di perguruan tinggi, menikah, atau mencari pekerjaan, orang tua harus menghadapi masalah penyesuaian kehidupan yang biasa disebut periode *sarang kosong* (*emptynest*). Orang tua harus melakukan perubahan peran dan keluarga ini perlu mencari kegiatan di luar keluarga, dalam beberapa hal usaha ini lebih sulit bagi istri daripada suami.

Periode *sarang kosong* akan dimulai mulai antara usia 40-an atau 50-an tergantung pada besarnya keluarga dan kapan anak-anak meninggalkan rumah. Pola bagi pria dan wanita usia madya atau tengah baya adalah pada hubungan yang berorientasi pada pasangan bukan pada hubungan keluarga yang dilakukan pada masa dewasa ini.

Dari survei dikemukakan bahwa 83% *masa sarang kosong para ibu*

terjadi pada usia 40-49 tahun, 43% merasa sangat bahagia dibanding 57% yang masih mempunyai anak-anak yang tinggal di rumah. Studi ini juga menyatakan bahwa wanita pada usia 50-59 tahun dinyatakan bahwa 54% dari ibu yang ada pada periode sarang kosong menyatakan sangat bahagia dibanding dengan 46% ibu-ibu yang masih mempunyai anak-anak di rumah.

Keberangkatan anak-anak bagi orang tua merupakan ledakan yang kejam terutama bagi mereka yang telah menjanda atau bercerai.

Masa sarang kosong bukanlah periode yang penuh dengan ketegangan jiwa bagi sebagian besar kehidupan wanita dan dengan demikian berarti bukan menjadi sumber utama yang mengancam kesejahteraan jasmani dan rohani. Satu-satunya ancaman terhadap kesehatan ialah apabila mereka mempunyai anak yang tidak berhasil untuk mandiri seperti harapan orang tua.

- *Penyesuaian Diri dengan Pasangan*

Dengan berakhirnya tanggung jawab sebagai orang tua, sekali lagi suami dan istri menjadi saling bergantungan satu sama lain. Terjadi perubahan pada hubungan yang berpusat pada pasangan, setelah sebelumnya mereka biasa menyesuaikan dengan situasi hubungan yang berpusat pada keluarga, di mana peran sebagai orang tua mendominasi hidup mereka. Selama sedang melakukan perubahan peran ini, maka kepuasan dalam perkawinan meningkat.

- *Penyesuaian Seksual*

Kepuasan seksual bagi pria dan wanita bertambah besar, apabila pada waktu suami istri melakukan hubungan seksual dapat diselesaikan dengan sempurna oleh kedua belah pihak. Namun menurut laporan bahwa wanita pada usia tengah baya dapat lebih menikmati *coitus* tanpa orgasme daripada yang pernah mereka rasakan selama awal tahun perkawinan.

Penyesuaian seksual yang tidak memuaskan tidak perlu mengakibatkan perkawinan tidak bahagia atau cerai, walaupun hubungan seksual terasa mengecewakan.

- *Penyebab dari Penyesuaian Seksual yang Buruk*

Ada sejumlah faktor yang mengakibatkan penyesuaian hubungan seksual tidak memuaskan orang berusia madya, yaitu:

1. Perbedaan keinginan untuk melakukan hubungan seksual bagi suami dan istri, perilaku dan frekuensi untuk menikmati kepuasan seksual juga berbeda.
2. Penyesuaian seksual yang buruk sering terjadi apabila pria menjadi kehilangan gairah dan keperkasaan seksualnya.
3. Selama usia 40-an dan awal 50-an, hambatan seksual bagi wanita hilang dan gairah seksual lebih besar namun sebaliknya pada pria yang menurun gairah seksualnya.
4. Beberapa wanita usia tengah baya menyadari bahwa hal itu merupakan kesempatan terakhir untuk mempunyai anak, di mana suami justru tidak menghendakinya.
5. Wanita usia tengah baya memperoleh sedikit kepuasan seksual dari hubungan seksual yang dilakukannya.

- *Penyesuaian Terhadap Pihak Keluarga Pasangan*

Terdapat dua penyesuaian pada usia tengah baya yaitu penyesuaian anak-anak mereka dan penyesuaian dalam merawat orang tua.

Orang tua senang melihat anak-anaknya menikah dan membuat rumah dengan biaya sendiri, namun mereka sering mengalami kesulitan dalam menetapkan hubungan yang baik dengan keluarga anak mereka. Adapun penyesuaian dengan pihak keluarga anak timbul karena masalah usia tua.

Masalah dalam merawat orang tua yang telah lanjut usia ialah rumit, orang usia madya yang memikul beban merawat orang tua sering terhalang untuk mengembangkan minat baru dan tidak punya kesempatan untuk terlibat dalam kegiatan sosial di luar rumah. Namun merawat orang tua berusia lanjut dapat membantu untuk mengikis jurang yang diciptakan apabila anak-anak telah meninggalkan rumah, kepuasan kebersamaan hidup mungkin jauh dari cukup dan mungkin semakin memperdalam rasa kesepian orang tua.

- *Penyesuaian Diri dengan Masa Kakek/Nenek*

Kakek atau nenek sebagai kelompok memegang peranan yang kurang penting dalam kehidupan anak dan cucunya ketimbang yang pernah mereka lakukan pada masa sebelumnya. Menurut Neugarten dan Weinstein, ada lima peran yang berbeda yang perlu dilakukan oleh kakek dan nenek modern sehingga memungkinkan mereka melakukan dan memainkan peranan dalam kebudayaan Amerika, yaitu:

1. Peran Formal
   Mereka mengikuti kebijaksanaan sejauh perawatan dan disiplin terjaga.
2. Peran Berusaha Lucu
   Hubungan yang penuh humor dan permainan dengan para cucunya, tetapi tidak mengambil tanggung jawab apapun terhadap mereka
3. Peran Orang Tua Pengganti
   Mengganti peran orang tua pada saat orang tua tidak ada di rumah (bekerja ataupun kasus perceraian).
4. Peran *Danau Sumber Kebijaksanaan Keluarga*
   Mewariskan pengetahuan dan keterampilan tertentu.
5. Peran Tokoh Jarak Jauh
   Orang tua berusia lanjut bertemu hanya pada kesempatan khusus dan mengadakan kontak hanya sebentar saja dan jarang dengan cucu-cucunya.

- *Penyesuaian Diri dengan Hidup Sendiri*

Pada usia madya kebanyakan pria dan wanita telah menyesuaikan diri menjadi *single* dan selalu bahagia dengan pola hidup yang telah ia bangun bagi dirinya sendiri.

Menurut penelitian setelah usia 45 tahun, kemungkinan menikah bagi wanita yang belum pernah menikah ialah 9 dari 100 kasus, janda 18 dari 100 kasus, dan wanita yang cerai karena sebab lainnya

50 dari 100 kasus. Sehingga bagi wanita usia madya yang belum pernah menikah sering memusatkan perhatiannya pada pekerjaan.

Adapun bagi pria yang berusia madya yang lajang terkadang malah menghendaki demikian, karena akan merasa lebih senang mempersembahkan waktu dan tenaganya untuk terus bekerja demi kemajuannya.

◆ *Penyesuaian Diri dengan Hilangnya Pasangan*

Hilangnya pasangan, apakah karena kematian atau perceraian, menimbulkan banyak masalah penyesuaian diri bagi pria dan wanita usia madya.

Bagi wanita usia madya yang kehilangan suaminya akan mengalami rasa kesepian yang dalam, dan diperkuat oleh frustrasi dari dorongan seksualnya, serta masalah ekonomi. Masalah umum pada masa menjanda:

- Masalah Keuangan
  Mata pencaharian keluarga tidak mencukupi untuk keperluan keluarga.
- Masalah Sosial
  Masalah status, dan sulitnya bergabung kedalam sosial masyarakat karena tak ada yang membantunya dalam mengurus kehidupan sehari-hari.
- Masalah Keluarga
  Berperan ganda sebagai ayah dan ibu dan dihadapkan kepada berbagai masalah yang ada dalam keluarga
- Masalah Praktis
  Mencoba menghadapi masalah praktis rumah tangga sendirian setelah sebelumnya terbiasa dibantu oleh suami, seperti membetulkan peralatan rumah tangga, membersihkan halaman, kecuali mempunyai anak yang mampu membantunya.
- Masalah Seksual
  Kesendirian dan rasa frustrasi akibat tak terpenuhinya seksualitasnya, karena tak ada lagi suami dan dibutuhkan ketetapan

hati agar tak terjerumus pada hal-hal yang menyimpang dalam pemenuhan kebutuhan seksual.

- Masalah Tempat Tinggal
  Di mana seorang janda akan tinggal, biasanya bergantung pada dua kondisi. *Pertama*, status ekonominya dan *kedua* apakah ia mempunyai seseorang yang dan diajak tinggal bersama.

Bagi pria yang istrinya meninggal, atau yang diceraikan mengalami kekacauan pola hidup kecuali ada anggota keluarganya yang mau mengurusinya.

Penyebab hilangnya pasangan dibedakan menurut penyebabnya:

1. Kehilangan Pasangan Karena Perceraian

   Orang yang diceraikan kerap kali menjadi bahan kutukan bagi pasangan keluarga karena dia (wanita itu) mengambil bagi dirinya ketegangan-ketegangan yang sering mereka alami tetapi dicoba untuk diatasi. Para istri yang curiga akan motifnya, salah menafsirkan sikapnya yang sangat kasual terhadap suaminya. Sementara itu, suaminya mengasumsikan bahwa istrinya sedang mengalami kegemukan.

2. Kehilangan Pasangan Karena Kematian

   Kebanyakan pria dan wanita berusia madya mengalami rasa duka cita yang dalam selama jangka waktu tertentu. Menurut Conroy, terdapat lima tahap, yaitu:

   a. Hilangnya semangat hidup, apabila tak sanggup menerima kenyataan atas kematian pasangannya.

   b. Hidup merana, terus mengenang masa silam .

   c. Depresi, kesadaran bahwa pasangannya telah tiada dan mendorongnya untuk mencari kompensasi seperti obat-obatan dan alkohol.

   d. Bangkit kembali ke masa biasa di mana ia merelakan kepergian pasangannya dan mencoba membangun pola hidup baru.

   e. Menikah Lagi.

Bagi pria ataupun wanita usia madya yang telah kehilangan pasangan akan mengalami rasa kesepian dan frustrasi maka tak jarang mereka mencoba mencari pasangan yang baru untuk menemani hidupnya, namun menikah lagi akan sulit bagi wanita usia madya yang telah kehilangan suaminya, karena faktor usianya, namun tidak seperti seorang pria usia madya yang kehilangan pasanganya yang dapat menikah lagi karena berbagai faktor misal: kemapanan.

- *Penyesuaian Diri dengan Ambang Masa Pensiun*

Tak dapat dibantah lagi bahwa masalah penyesuaian yang paling serius dan umum dalam masa pensiun ialah yang berhubungan dengan anggota keluarga karena menyangkut berhentinya pencari nafkah dan mempengaruhi pola hidup mereka. Selama masalah penyesuaian dalam mendekati masa pensiun adalah lebih sulit bagi pria, dan kesulitan ini akan menjadi bertambah apabila perilaku keluarga tidak menyenangkan, seharusnya masalah ini perlu dikonsultasikan kepada keluarga bukan diabaikan atau kurang diperhatikan.

- *Penyesuaian Diri dengan Ambang Usia Lanjut*

Orang usia madya yang tidak mempunyai sikap yang menyenangkan dalam menghadapi usia lanjut secara harfiah menutup mata dan telinga terhadap segala bentuk yang berhubungan dengan masalah usia tua. Misalnya, tidak mau peduli dengan masalah kesehatannya untuk masa depan (masa tuanya).

Karena orang usia madya sering ketakutan dengan usia lanjut, akibatnya mereka merasa tidak tenang. Biasanya mereka tidak mempersiapkan diri secara memadai dalam melakukan penyesuaian yang diperlukan semasa usia lanjut, sehingga mereka menghadapi usia tua sebagai salah satu periode hidup yang mengecewakan.

Agar seseorang sukses dalam masa tuanya, maka mereka harus mempersiapkan jauh-jauh hari untuk menghadapi masa tua. Beberapa persiapan untuk usia lanjut:

- Kesehatan.

- Pensiun.
- Pemanfaatan waktu luang.
- Kemandirian dalam bidang keuangan.
- Hubungan sosial.
- Perubahan peran.
- Pola hidup.

18. Bahaya Pekerjaan dan Perkawinan pada Usia Madya

Penyesuaian terhadap pekerjaan dan perkawinan selama masa usia madya, merupakan hal yang paling sulit dilakukan dengan demikian masalah yang paling riskan. Penyesuaian yang memuaskan dalam kedua bidang tersebut lebih menentukan kebahagiaan seseorang dibandingkan dengan penyesuaian terhadap masalah pribadi dan sosial. Sebaliknya, kegagalan dalam mengatasi kedua masalah tersebut dapat merupakan dasar yang menjadikan orang usia madya pada umumnya merasa kecewa. Kedua riskan ini mungkin terjadi pada pria maupun wanita, walaupun akibatnya mungkin sedikit berbeda

a. Bahaya Pekerjaan

Bahaya dalam pekerjaan di saat usia madya terdapat delapan bahaya yang dianggap umum dan serius, yaitu:

- *Kegagalan dalam Mencapai Cita-Cita Awal*

Kegagalan dalam mencapai cita-cita hidup yang sejak awal telah diimpikan oleh orang berusia madya mengakibatkan menurunnya sikap egonya karena ia tahu bahwa usia madya merupakan saat pencapaian puncak prestasi dan oleh sebab itu, ia tak berminat lagi untuk meraih cita-citanya di saat usianya telah cukup lanjut.

Dalam menjelaskan tentang efek kegagalan dalam meraih cita-cita yang telah dicanangkan jauh-jauh sebelumnya, Bischop menyimpulkan bahwa:

> Usia madya adalah *periode usia kebenaran*. Impian dan keinginannya dapat membawa pria berhasil berprestasi pada usia40-an. Pada

> waktu seorang pria mencapai usia 50-an, maka daya pikirnya telah mantap, apabila ia seseorang yang bijaksana dalam memandang kenyataan hidup, ia harus belajar bekerja sama dengan berbagai masalah, kejadian, dan kenyataan yang tidak dapat dihindarkan dan harus diatasi. Apapun bentuk kenyataan ini, ia ada dalam usia yang relatif muda yang memungkinkan untuk memperoleh kepercayaan, merencanakan, atau berkhayal tentang sesuatu yang tidak realistis dengan kemajuan yang sedang dituntut oleh jabatannya. Banyak pria yang pada waktu menghadapi saat-saat kebenaran seperti ini kemudian mencari obat pelipur lara dengan melakukan kegiatan kompensasi atau kegiatan yang rasional atau keduanya.
>
> Tidak semua pria dan wanita dapat tetap berpegang tegak pada keinginan dan cita-cita yang jauh-jauh telah ditetapkan. Bagi orang yang mempunyai sikap luwes, mereka melakukan beberapa perbaikan dan penyesuaian sesuai dengan situasi dan kondisi, sehingga mampu bersikap realistis.

- *Mandirinya Kreativitas*

Kebanyakan para pekerja pada usia madya menampilkan gejala kreativitas kerja yang mundur, menurunnya kreativitas ini mungkin bukan disebabkan oleh menurunnya kemampuan mental atau kekakuan mental, seperti kepercayaan telah diterima secara luas, tetapi lebih fakta bahwa pekerja usia madya mempunyai waktu yang terbatas untuk bekerja secara kreatif, dibanding pada masa-masa sebelumnya. Kondisi ini terjadi sebagai akibat dari bertambahnya tanggung jawab dan tekanan yang diterima karena keberhasilannya.

- *Kebosanan*

Perasaan bosan umumnya menjangkit pekerja industri yang menghadapi kenyataan bahwa otomatisasi peralatan pabrik secara meningkat, menggantikan pekerjaan setiap individu pekerja, seperti yang diungkapkan oleh Packard:

> Gerakan tangan yang diulang-ulang yang dilakukan selama berjam-jam, dirasakan sangat membosankan. Bapaknya menyebutnya miskin, tetapi tukang kayu sangat bangga dengan tong yang

dibuatnya. Di sini ada mesin yang tahu segalanya, yang dapat dipakai alasan untuk berbangga. Mungkin aturan yang berlaku bagi pekerja yang menggunakan mesin juga melarang mereka untuk berbicara dengan sesama pekerja dalam tugas atau melarang pekerja untuk mencari minum, kecuali pada jam istirahat.

- *Keagungan*

Kecenderungan menjadi agung (*bigness*) dalam bidang usaha, industri, dan pekerjaan profesional lainnya juga merupakan bahaya pekerjaan bagi para pekerja yang berusia madya dewasa ini, karena kebiasaan dalam bekerja dalam situasi yang ramah, situasi kerja yang tidak formal, di mana ia tahu setiap teman sejawatnya, kapan waktu untuk istirahat, dan kesempatan santai lainnya merupakan ciri-ciri suasana bebas dari lingkungan kerja yang banyak terjadi dewasa ini. Para pekerja profesional merasa dalam satuan organisasi sekarang ini menjadi rumit, mengakibatkan minimnya untuk bekerja dalam suasana santai seperti sebelumnya.

- *Perasaan "Terperangkap"*

Merasa terperangkap dalam pekerjaan disisa hidupnya dan merasa tidak akan dapat untuk membebaskan diri sendiri sampai ia mencapai masa pensiun. Bagi usia muda mungkin bisa dengan berganti pekerjaan sesuai keinginannya, namun bagi pekerja usia madya sulit untuk berganti pekerjaan dan merasa bahwa mereka harus tetap bekerja pada pekerjaan yang ini saja walau pekerjaan ini tidak disukainya, karena mereka telah terikat oleh tanggung jawab terhadap keluarga, yang secara tersamar membatasi mereka.

- *Pengangguran*

Dalam situasi resesi ekonomi ini masalah pengangguran menjadi masalah yang serius. Empat kelompok pekerja usia madya yang sulit mencari pekerjaan yaitu:

- Mereka yang IQ-nya rendah, dengan meningkatnya penggunaan mesin otomatis orang-orang yang ber-IQ rendah sulit untuk bekerja.

- Wanita yang berusia madya yang ingin masuk lagi kedalam dunia usaha setelah anak-anak mereka telah tumbuh besar dan mereka telah mempersiapkan keterampilan khusus namun kebanyakan pekerjaan yang ada untuk wanita yang berusia muda.
- Pria dari kelompok minoritas, akan lebih sulit mendapat kerja dibandingkan kelompok mayoritas.
- Pekerja pelaksana atau mereka yang bekerja pada tingkat kelompok manajemen menengah.

Menganggur merupakan bahaya mental yang serius bagi setiap pekerja. Orang yang telah menganggur dalam waktu yang lama perasaannya sering berkembang ke arah yang tidak tentu dan merasa tidak diperlukan yang mengakibatkan sikapnya sangat pasif atau sangat agresif.

- *Sikap Tidak Menyenangkan Terhadap Pekerjaan*

Sikap tidak menyenangkan terhadap pekerjaan dapat menimbulkan efek yang merusak pada prestasi kerja dan penyesuaian pribadi para pekerja berusia madya. Jikalau pekerja tidak puas karena merasa terperangkap dalam pekerjaan yang tidak disukainya atau karena berpikir bahwa suku, jenis kelamin, atau kondisi-kondisi lainnya yang terhadapnya tidak dapat mengendalikan dirinya sedang menghambat jalannya mencapai sukses. Pekerja akan mengembangkan perasaan tidak puas dan mengintensifkan sikap yang tidak menyenangkan. Penghalang ini bertentangan dengan pekerjaan yang dilakukannya dan mengakibatkan pekerja lebih sulit lagi untuk memperoleh pekerjaan baru.

- *Mobilitas Geografis*

Beberapa pekerja usia madya dihadapkan dengan keharusan untuk pindah ke masyarakat lain dan mencari pekerjaan baru agar tidak menganggur. Kebanyakan orang yang berusia madya tidak senang untuk dipindahkan, khususnya apabila orang yang masih mempunyai anak usia belasan yang masih sekolah atau karena istrinya yang mempunyai kegiatan dalam masyarakat ini.

Sayangnya, beberapa orang tidak mempunyai alternatif kecuali harus pindah dan tak dapat dihindarkan apabila perusahaan melakukan relokasi.

b. Bahaya Perkawinan

Bahaya perkawinan mempunyai pengaruh langsung yang besar bagi wanita usia madya dibandingkan pria, selama kehidupan wanita terpusat sekitar kehidupan dalam rumah dan keluarga selama bertahun-tahun, bahaya-bahaya ini berpengaruh langsung terhadap kehidupan pekerjaan suaminya.

Sejumlah bahaya terhadap proses penyesuaian diri dan sosial yang baik bagi pria dan wanita berusia madya berkembang dari kondisi dalam perkawinannya. Beberapa kondisi yang sangat penting seperti:

- *Perubahan Peran*

Bagi wanita pada waktu anak-anaknya meninggalkan rumah, dia menemukan dirinya pada posisi yang hampir sama dengan pria di masa pensiun atau masa menganggur. Ada beberapa wanita yang mempersiapkan diri untuk menghadapi kenyataan ini.

Kebanyakan wanita ingin anak-anak mereka bisa mandiri bila mereka dari segi perkembangan telah siap, untuk memiliki rumah dan keluarga sendiri dan dapat berhasil dalam bekerja. Namun sebagian orang tua ingin anaknya tetap bersamanya karena takut hidupnya akan sepi dan sia-sia. Bagi wanita tipe ini, berakhirnya peran sebagai orang tua merupakan pengalaman yang traumatis dan kesulitan-kesulitan *neurotic* sering timbul sesudahnya.

- *Kebosanan*

Kebosanan dalam kerja, mengurus rumah tangga. Para wanita usia madya cenderung merasa bosan karena membaktikan seluruh masa hidup dewasanya untuk mengurusi rumah tangga.

Ada beberapa wanita yang mencoba untuk melakukan kegiatan lain untuk menghindari kebosanan dengan mencoba bekerja kembali

atau aktif dalam masyarakat, namun terkadang kurangnya dorongan dari suaminya dan hanya bertahan dalam kebosanan, sehingga proses penyesuaian diri, pernikahan, dan sosial yang dilakukan sangat jelek.

19. Oposisi Terhadap Perkawinan Anak

Kadang orang tua tidak setuju terhadap pasangan anaknya dalam pernikahan anaknya dan hal ini akan menimbulkan gangguan dalam penyesuaian hubungan keluarga seorang anak dengan orang tuanya.

20. Ketidakmampuan Membangun Hubungan yang Memuaskan dengan Pasangan Sebagai Pribadi

Menciptakan hubungan yang baik dengan pasangan di masa usia madya menjadi tantangan dalam keutuhan rumah tangga, dibutuhkan rasa saling mencintai dan pengertian. Beberapa sikap yang menentang pemantapan hubungan baik dengan pasangan:

Sikap Suami:

- Tidak puas dalam pemenuhan seksual.
- Suami merasa keberhasilannya tak didukung oleh istri.
- Jika gagal, merasa istri yang menghalanginya.
- Merasa terdapat perbedaan yang besar dengan istri, merasa istri lebih peduli dengan apa yang disukainya saja.
- Mengkritik istri dalam pengelolaan rumah tangga.
- Tidak puas dengan penampilan istri.
- Istri mendominasi hidupnya.

Sikap Istri:

- Tidak puas dengan pemenuhan seksual.
- Kehilangan halusinasi dengan suaminya karena ia tidak berhasil dalam karier.
- Merasa seperti budak dalam rumah tangga.
- Merasa suaminya kikir dalam pemenuhan kebutuhan keluarga.
- Merasa suaminya tidak menghargai jerih payahnya.

- Merasa suami lebih tertarik pada karier dibandingkan dirinya.
- Perhatian suami lebih kepada saudara-saudaranya.
- Curiga kepada suami yang selingkuh.

21. Penyesuaian Seksual

Wallin dan Clark menjelaskan, wanita yang kurang menikmati kepuasan seksual akan bereaksi terhadap suaminya dan diri sendiri. Dalam kebudayaan yang menekankan persamaan hak bagi pasangan suami istri dan persamaan hak untuk dapat menikmati kepuasan seksual bagi kedua pasangan, diharapkan bahwa suami akan cenderung merasa bersalah karena sering mendesak perbuatan yang dia ketahui tidak menyenangkan bagi istrinya. Sebagai tambahan terhadap perasaan bersalah dan penekanannya dapat dalam bentuk perasaan tidak enak bagi suaminya dengan berpikir bahwa kesalahan ini untuk dirinya.

22. Penilaian Penyesuaian Diri dengan Usia Madya

Usia madya seharusnya merupakan masa *purna* dan masa kebebasan baru bukan hanya dari perawatan dan tanggung jawab akan rumah, tetapi juga dari masalah dan beban ekonomi dan juga merupakan saat untuk membatasi diri sebagai pribadi lebih dari sebagai bapak atau ibu dan seharusnya merupakan waktu untuk bersenang dan memuaskan diri yang timbul dari perasaan bahwa tahun-tahun usia madya telah dilalui dengan baik.

Tetapi bagi banyak orang, usia madya dianggap sebagai saat penyesalan, kekecewaan, dan secara umum tidak bahagia, mungkin karena orang selalu dihadapkan dengan masalah keuangan, kekhawatirannya tentang pekerjaan, kegagalan dalam karier, atau kesulitan dalam penyesuaian perkawinan dalam tempo yang relatif lama dan kemudian menjadi masalah gawat.

Ada empat kriteria yang dapat digunakan untuk mengukur tingkat kemudahan penyesuaian seseorang terhadap usia madya, yaitu:

1. Prestasi

   Makin besar prestasi yang dicapai seseorang yang berusia madya dengan yang dicita-citakan sebelumnya makin besar kepuasan yang diperoleh.

   Banyak pria dan wanita usia madya merasa gagal pada waktu mereka tidak gagal sama sekali, yang benar ialah karena mereka menggunakan ukuran yang keliru. Mereka melihat diri mereka sendiri pada usia 40 dan 50-an, tetapi diukur dengan standar impian masa kanak-kanak. Standar macam ini tidak cocok dengan status yang sekarang, seperti mereka menggunakan gaun atau pakaian yang dipakai waktu muda dahulu. Impian masa kanak-kanak memang sangat indah dan menakjubkan bagi anak-anak, tetapi kalau impian macam ini tetap ia pertahankan pada usia madya, berarti mereka keliru. Ini bukan berarti bahwa impian masa anak-anak ini keliru, tetapi karena kita keliru dalam mengartikan fungsinya. Suatu waktu pada masa madya, kita harus merelakan untuk meninggalkan impian. Kita harus berdiri pada kematangan kita, mengenali impian bukanlah kenyataan, mimpi ini bermanfaat: masa anak-anak meraih dirinya pada jalan menuju cita-cita.

2. Tingkat Emosional

   Seperti ungkapan Billig dan Adams: "*Ada peningkatan kesadaran tentang perasaan aman dan kecemasan yang timbul pada usia madya.*" Ketegangan yang dialami pada usia madya biasanya berbentuk konflik dalam keluarga, orang usia madya juga mempunyai tingkat kecemasan yang lebih besar daripada orang yang lebih muda.

   Dalam usia 40-an terjadi perubahan dalam pola hidup, perubahan peran dan konsep diri yang diakibatkan oleh perubahan peran dan perubahan fisik yang datang dengan tiba-tiba. Pada pertengahan usia 50, individu dapat melakukan penyesuaian diri dengan masa usia madya dengan cukup baik dan tidak merasa kecewa lagi dengan statusnya.

3. Efek pada Kepribadian

   Terjadinya gangguan kepribadian pada usia madya berhubungan erat dengan cara penyesuaian emosi dan sosial yang buruk. Kebanyakan gangguan kepribadian berasal dari tahun awal menjelang masa usia madya.
   Ketegangan pada usia madya merupakan bukti bahwa sesungguhnya orang dalam hidupnya terlalu banyak menghadapi masalah sehingga timbul gangguan mental yang cukup dahsyat sehingga diperlukan institusionalisasi untuk menanganinya.

4. Kebahagiaan

   Kebahagiaan pada usia madya seperti halnya pada usia mana pun, timbul dan dialami apabila kebutuhan dan keinginan seseorang pada waktu tertentu terpenuhi dan terpuasi.

   Keberhasilan dalam pekerjaan yang dipilih sendiri yang mendatangkan prestise, uang, dan status sosial keluarga.

   Tingkat kepuasan pria dan wanita berusia madya berasal dari berbagai bidang kehidupan mereka, wanita cenderung lebih puas daripada pria dan karena itu dia lebih memperoleh kepuasan dari hubungan status perkawinannya dan dari kehadiran anak-anaknya ketimbang dari jabatan, pemanfaatan waktu luang, dan kegiatan sosialnya. Perlu diingat juga orang mempunyai alasan untuk merasa sangat puas dengan konsep dirinya, kemudian menunjukkan bahwa ia mampu melakukan penyesuaian diri yang baik dan efisien bagi kebahagiaan.

Apa yang dihilangkan oleh pikiran dalam kewaspadaan, hal itu merupakan jaminan bahwa seseorang berpikir reflektif. Jikalau otot-otot bertumbuh dan menjadi lemas, otot harus belajar untuk lebih tanggap dengan lebih selektif terhadap rangsangan. Jika fungsi tubuh memperlihatkan tanda-tanda kemunduran, fungsi-fungsi ini sebentar-sebentar akan bereaksi terhadap warna cahaya/terang waspada. Apabila nafsu telah mengendur, orang harus memberikan hadiah untuk lepas dari sikapnya yang mendominasi secara tiranis.

23. Usia Lanjut: Penyesuaian Pribadi dan Sosial

Usia tua adalah periode penutup dalam rentang hidup seseorang, yaitu suatu masa di mana seseorang telah "*beranjak jauh*" dari periode terdahulu yang lebih menyenangkan, atau beranjak dari waktu yang penuh dengan manfaat. Usia 60-an biasanya dipandang sebagai garis pemisah antara usia madya dan usia lanjut.

Tahap akhir dalam rentang kehidupan sering menjadi usia lanjut dini yang berkisar antara usia 60 sampai 70 dan usia lanjut yang mulai pada usia 70 sampai akhir kehidupan seseorang. Orang tua sedikit lebih tua atau setelah usia madya dan usia lanjut setelah mereka mencapai usia 70.

24. Ciri-ciri Usia Lanjut

Periode lainnya dalam rentang kehidupan seseorang, usia lanjut ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis tertentu. Efek-efek ini menentukan, apakah pria atau wanita usia lanjut akan melakukan penyesuaian diri secara baik atau buruk. Ciri-ciri usia lanjut cenderung menuju dan membawa penyesuaian diri yang buruk daripada yang baik dan kepada kesengsaraan daripada kebahagiaan.

25. Usia Lanjut Merupakan Periode Kemunduran

Perubahan-perubahan ini sesuai dengan hukum kodrat manusia yang pada umumnya dikenal dengan istilah "menua". Perubahan-perubahan tersebut mempengaruhi struktur baik fisik maupun mental dan keberfungsiannya juga.

Periode selama usia lanjut, ketika kemunduran fisik dan mental terjadi secara perlahan dan bertahap dan pada waktu kompensasi terhadap penurunan ini dapat dilakukan, dikenal sebagai "*senescence*", yaitu masa proses menjadi tua.

Istilah "*keuzuran*" *(senility)* digunakan untuk mengacu pada periode waktu selama usia lanjut apabila kemunduran fisik telah terjadi dan apabila telah terjadi disorganisasi mental. Seseorang yang menjadi eksentrik, kurang perhatian, dan terasing secara sosial, maka

penyesuaian dirinya pun buruk biasanya disebut “uzur”. Sikap tidak senang terhadap diri sendiri, orang lain, pekerjaan, dan kehidupan pada umumnya dapat menuju ke keadaan uzur, karena terjadi perubahan pada lapisan otak. Akibatnya, orang menurun secara fisik dan mental dan mungkin akan segera mati.

Seseorang yang mempunyai motivasi rendah untuk mempelajari hal-hal baru, atau ketinggalan dalam penampilan, sikap atau pola perilaku, akan semakin memburuk lebih cepat daripada orang yang mempunyai motivasi yang kuat. Masa luang yang baru akibat tumbuhnya masa pensiun sering membawa kebosanan yang semakin memperkecil dan melemahkan motivasi seseorang.

26. Perbedaan Individual pada Efek Menua

Dalam bukunya, De Scnectuten, menekankan hal ini dalam referensinya kepada keyakinan populer bahwa menua ini membuat orang sulit hidup. Menurut dia “*Usia tua ini tidak seperti anggur, karena tidak pada setiap bagian dapat timbul rasa asam sesuai dengan usianya.*” Dewasa ini, bahkan lebih banyak terjadi daripada dahulu kala bahwa menua ini mempengaruhi orang-orang secara berbeda. Maka tidak mungkinlah mengklasifikasikan seseorang sebagai manusia lanjut yang “tipikal” dan ciri “tipikal” dari usia lanjut. Sebagai contoh beberapa orang berpikir bahwa masa pensiun ini merupakan berkah dan keberuntungan, Adapun orang lain menganggap sebagai kutukan.

27. Usia Tua Dinilai dengan Criteria Yang Berbeda

Karena arti tua ini sendiri kabur dan tidak jelas dan tidak dapat dibatasi pada anak muda, maka orang cenderung menilai tua ini dalam hal penampilan dan kegiatan fisik. Bagi usia tua, anak-anak ialah lebih kecil dibandingkan dengan orang dewasa dan harus dirawat, Adapun orang dewasa ialah sudah besar dan dapat merawat diri sendiri. Orang tua mempunyai rambut putih dan tidak lama lagi berhenti dari pekerjaan sehari-hari.

Pada waktu anak-anak mencapai remaja, mereka menilai usia lanjut dalam cara yang sama dengan cara penilaian orang dewasa, yai-

tu dalam hal penampilan diri dan apa yang dapat dan tidak dapat dilakukannya. Dengan mengetahui bahwa hal tersebut merupakan dua kriteria yang amat umum untuk menilai usia mereka, banyak orang berusia lanjut melakukan segala apa yang dapat mereka sembunyikan atau samarkan yang menyangkut tanda-tanda penuaan fisik dengan memakai pakaian yang biasa dipakai orang muda dan berpura-pura mempunyai tenaga muda. Inilah cara mereka untuk menutupi diri dan membuat ilusi bahwa mereka belum lanjut usia.

28. Pelbagai Stereotip Orang Lanjut Usia

Stereotip dan kepercayaan tradisional ini timbul dari pelbagai sumber, empat yang paling umum dijelaskan sebagai berikut:

Pertama, cerita rakyat dan dongeng yang diturunkan dari satu generasi ke generasi berikutnya, cenderung melukiskan usia lanjut sebagai usia yang tidak menyenangkan. Walaupun pendapat ini benar tentang beberapa gambaran orang berusia lanjut yang bersikap baik dan mempunyai pengertian, tetapi banyak juga yang menggambarkan mereka, khususnya wanita sebagai orang yang rewel dan jahat.

Kedua, orang yang berusia lanjut sering diberi tanda dan diartikan orang secara tidak menyenangkan oleh pelbagai media massa. Contohnya Shakespeare membuat 132 acuan tentang perubahan fisik dan perilaku yang menyertai usia lanjut.

Yang mengakhiri sejarah peristiwa aneh ini ialah masa kekanak-kanakan tahap kedua, dan bukan hanya semata-mata kepikunan, tetapi juga kehilangan gigi, penglihatan, pengecapan, dan segalanya. Pakaiannya seperti anak muda, cukurannya bagus, dunianya yang begitu luas, tulang keringnya mengerut, dan suaranya berwibawa. Kembali lagi ke sifat yang lebih kekanak-kanakan, berpipa, dan suaranya berdesis,

Salah satu dari beberapa referensi literatur terhadap usia lanjut, antara lain dibuat oleh Browing:

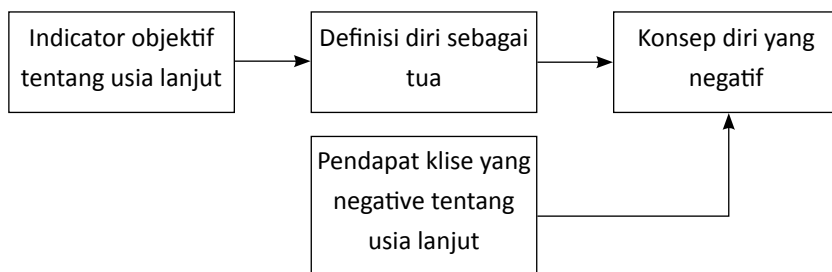
Tumbuhnya menua bersama aku,

Yang terbaik sungguh terjadi,

Yang terakhir dari hidup, yang baginya yang pertama terjadi.

Gambaranan orang lanjut usia dalam karya sastra puisi dewasa ini tampaknya cenderung kepada negatif.

Ketiga, berbagai humor dan canda yang berbeda juga menyangkut aspek negatif orang usia lanjut, dengan acara yang tidak menyenangkan dan klise yang sebagian besar lebih menekankan sikap ketololan sebagai orang tua daripada kebijakan. Hal demikian yang tidak dapat dimengerti, cenderung menimbulkan sikap negatif yang memperkuat pendapat klise yang ada tentang orang usia lanjut tidak menyenangkan.

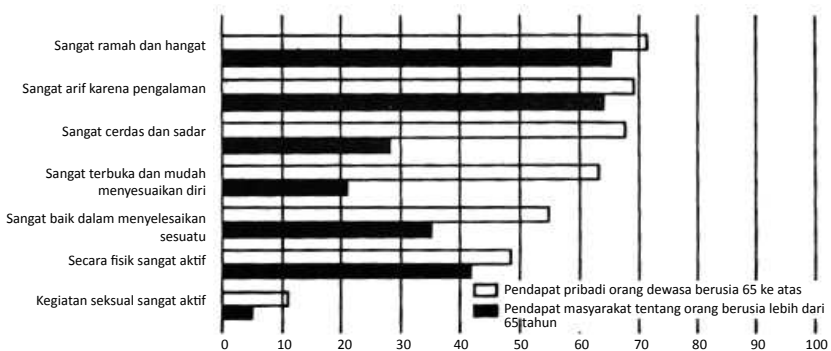
Keempat, pendapat klise lama telah diperkuat oleh hasil studi ilmiah, karena masalah pokok dari studi tersebut pada umumnya menekankan masa sebelumnya, bahwa orang usia lanjut dalam lembaga tertentu yang kemampuan fisik dan mentalnya lemah.

Sikap yang tidak menyenangkan terhadap orang berusia lanjut dikombinasikan dengan sikap sosial yang tidak menyenangkan terhadap orang berusia lanjut menghasilkan konsep diri yang negatif. (dikutip dari T.H. Brubaker and E.A. Power. *The Stereotype of "Old"*. A review and alternative approach. Journal of Gerontology, 1976, 31, 441-447. dengan izin).

Pendapat klise yang telah dikenal masyarakat tentang usia lanjut ialah pria dan wanita yang keadaan fisik dan mentalnya loyo, usang, sering pikun, jalannya membungkuk, dan sulit hidup bersama dengan siapa pun, karena hari-harinya yang penuh dengan manfaat telah lewat, sehingga perlu dijauhkan dari orang-orang yang lebih muda.

Sama pentingnya bahwa konsep diri tentang usia lanjut yang dipunyai orang, yang dibentuk pada awal tahun kehidupannya dan yang lebih banyak dilandasi oleh budaya klise daripada pengalaman priba-

di seseorang pada usia lanjut, mempengaruhi sikap mereka sendiri baik yang berusia lanjut maupun yang sedang dalam masa menuju tua. Karena efek seperti ini bersifat negatif, sehingga menambah ketakutan mereka terhadap usia lanjut dan menimbulkan konsep diri yang negatif.

29. Sikap Sosial Terhadap Usia Lanjut

USIA LANJUT: PENYESUAIAN PRIBADI DAN SOSIAL

Sebuah Perbandingan antara pendapat pribadi orang usia 65 ke atas dan pendapat masyarakat tentang orang berusia lanjut. (Dikutip dari E.V. Beverley The Begining of Wisdom About Aging. Geriatrics 1975. 30(7). 116-119, 122-123, 127-128. Dikutip dengan seizin penulis.

Seperti yang diungkapkan oleh Bennett: "Adalah sulit untuk mengagungkan usia lanjut atau sulit juga menyuguhkan daya tarik seksual." Arti penting tentang sikap sosial terhadap usia lanjut yang tidak menyenangkan mempengaruhi cara mereka memperlakukan orang usia lanjut. Sebagai pengganti penghormatan dan penghargaan terhadap orang usia lanjut, dan sebagai ciri-ciri banyak kebudayaan, sikap sosial di Amerika mengakibatkan orang usia lanjut merasa bahwa mereka tidak lagi bermanfaat bagi kelompok sosial, dan dengan demikian maka lebih banyak menyusahkan daripada sikap yang menyenangkan.

Sikap sosial yang tidak menyenangkan terhadap usia lanjut, dalam kebudayaan Amerika dewasa ini hampir bersifat universal, tetapi mereka cenderung menjadi kelompok rasial yang lebih kuat di

antara kelompok rasial dan kelas sosial tertentu dibanding kelompok lainnya.

Anggota masyarakat dari kelompok sosial yang lebih tinggi yang tahu bahwa orang usia lanjut memegang kekuasaan terhadap harta kekayaan yang menentukan nasib keberuntungan keluarga, cenderung untuk lebih menghargai dan menghormati anggota keluarga usia lanjut dalam kelompok sosial mereka, dibanding mereka yang berasal dari kelompok masyarakat yang sosial-ekonomi menengah dan lebih rendah yang lebih sering memanfaatkan orang usia lanjut untuk bertanggung jawab terhadap keuangan mereka, dan sikap inilah yang sering menimbulkan kemarahan mereka.

30. Orang Usia Lanjut Mempunyai Status Kelompok Minoritas

Status kelompok minoritas ini terutama terjadi sebagai akibat dari sikap sosial yang tidak menyenangkan terhadap orang usia lanjut dan diperkuat oleh pendapat klise yang tidak menyenangkan tentang mereka.

Kelompok orang usia lanjut disebut sebagai *warga negara kelas dua,* yang hidup dengan status bertahan dan mempunyai efek penting terhadap pribadi dan penyesuaian sosial penting. Jikalau orang-orang usia lanjut dikorbankan dalam beberapa hal mereka sesungguhnya memang merupakan korban. Karena keadaan yang sakit-sakitan, kesepian, dan teror yang mengancamnya membuat mereka mudah menjadi mangsa para tukang obat, khususnya mereka yang terserang penyakit. Sifat seperti ini merupakan sifat tamak, sehingga menimbulkan reaksi yang tidak simpatik terhadap sifat tamak mereka. Ini semua merupakan penipuan besar yang diatur secara licik, seperti tukang obat di pinggir jalan yang menawarkan rumah yang tidak layak huni.

31. Menua Membutuhkan Perubahan Peran

Hal ini mengakibatkan pengurangan jumlah kegiatan yang dapat dilakukan oleh orang usia lanjut, dan karenanya perlu mengubah beberapa peran yang masih dilakukan atas dasar keinginan seseorang,

jadi bukan atas dasar tekanan yang datang dari kelompok sosial. Tetapi pada kenyataannya pengurangan dan perubahan peran ini banyak terjadi karena tekanan sosial.

Karena sikap sosial yang tidak menyenangkan bagi kaum usia lanjut, pujian yang mereka hasilkan dihubungkan dengan peran usia tua bukan dengan keberhasilan mereka. Perasaan tidak berguna dan tidak diperlukan lagi bagi orang usia lanjut menumbuhkan rasa rendah diri dan kemarahan, yaitu perasaan yang tidak menunjang proses penyesuaian sosial seseorang. Busse dan Pfeifler mengatakan "Adalah hal yang sulit untuk mempertahankan identitas positif seseorang jika tiang-tiang yang diperlukan untuk identitas peran seseorang telah hilang.

32. Penyesuaian yang Buruk Merupakan Ciri-ciri Usia Lanjut

Orang usia lanjut secara tidak proporsional menjadi subjek bagi masalah emosional dan mental yang berat. Insiden psikopatologi timbul seiring dengan bertambahnya usia. Gangguan fungsional keadaan depresi dan paranoid terus bertambah sama seperti penyakit otak setelah usia 60 tahun. Kasus bunuh diri juga meningkat seiring dengan usia, dan jumlah kasus bunuh diri paling sering dilakukan oleh pria kulit putih.

33. Keinginan Menjadi Muda Kembali Sangat Kuat pada Usia Lanjut

Zaman sekarang banyak orang mencari-cari untuk memperlambat penuaan dengan usaha membatasi dan mengurangi makanan atau vitamin. Adapun yang lain melakukan operasi plastik untuk menghilangkan tanda-tanda ketuaan, kemudian menggunakan alat-alat kecantikan untuk menutupi kerut-kerut di kulitnya. Semua prosedur dan usaha ini merupakan refleksi dari keasyikan orang muda yang berhubungan dengan sejarah peradaban manusia. "Obat" ini mungkin tidak banyak berbeda dengan tarikan napas gadis muda, atau bergabung dengan sejarah Ponce de Leon dalam mencari sumber yang dapat membuat seseorang tetap awet muda.

34. Tugas Perkembangan Usia Lanjut

Sebagian besar tugas perkembangan usia lanjut lebih banyak berkaitan dengan kehidupan pribadi seseorang daripada kehidupan orang lain. Hal ini sering diartikan sebagai perbaikan dan perubahan peran yang pernah dilakukan di dalam maupun di luar rumah. Bagi beberapa orang berusia lanjut, kewajiban untuk menghadiri rapat yang menyangkut kegiatan sosial dan kewajiban sebagai warga negara sangat sulit dilakukan karena kesehatan dan pendapatan mereka menurun setelah pensiun.

35. Penyesuaian Diri Terhadap Perubahan Fisik bagi Usia Lanjut

Beberapa masalah umum yang unik bagi orang usia lanjut

- Keadaan fisik lemah dan tak percaya, sehingga harus tergantung pada orang lain.
- Status ekonomi sangat terancam, sehingga cukup beralasan untuk melakukan berbagai perubahan besar dalam pola hidupnya.
- Menentukan kondisi hidup yang sesuai dengan perubahan status ekonomi dan kondisi fisik.
- Mencari teman baru untuk menggantikan suami atau istri yang telah meninggal atau pergi jauh dan/atau cacat.
- Mengembangkan kegiatan baru untuk mengisi waktu luang yang semakin bertambah.
- Belajar memperlakukan anak yang sudah besar sebagai orang dewasa.
- Mulai terlibat dalam kegiatan masyarakat yang secara khusus direncanakan untuk orang dewasa.
- Mulai merasakan kebahagiaan dari kegiatan yang sesuai untuk orang berusia lanjut dan memiliki kemauan untuk mengganti kegiatan lama yang berat dengan kegiatan yang lebih cocok.
- Menjadi "korban" atau dimanfaatkan oleh para penjual obat, buaya darat, dan kriminalitas karena mereka tidak sanggup lagi untuk mempertahankan diri.

36. Perubahan Penampilan

Bischof mengatakan bahwa, menua berarti "Peralihan dari kacamata *bifocal*, dan gigi palsu ke kematian." Pendapat semacam ini menyarankan bahwa kebanyakan tanda-tanda yang paling jelas dari usia lanjut hanyalah perubahan pada wajah. Walaupun wanita dapat menggunakan kosmetik untuk menutupi tanda-tanda ketuaan pada wajah, tetapi selalu banyak ditutupinya, misalnya perubahan yang terjadi pada bagian-bagian lainnya pada tubuh.

37. Perubahan Bagian dalam Tubuh

Perubahan pada sistem saraf (*nervous systems*) yang sangat perlu diperhatikan ialah pada otak. Pada usia lanjut, berat otak berkurang, bilik-bilik jantung melebar sedang pita jaringan *cortical* menyempit. Sistem saraf pusat juga berubah sejak awal periode lanjut. Perubahan ini ketahuan dari menurunnya kecepatan belajar sesuatu, yang diikuti dengan menurunnya kemampuan intelektual.

Isi perut (*viscera*) mengalami perubahan bentuk seiring dengan bertambahnya usia. Berhentinya pertumbuhan (*athropia*) khususnya ditandai dan diketahui lewat limpa, hati, paru-paru, pankreas, dan ginjal.

38. Perubahan Umum dalam Penampilan Selama Usia Lanjut

a. Daerah Kepala

- Hidung menjulur lemas.
- Bentuk mulut berubah akibat hilangnya gigi atau karena harus memakai gigi palsu.
- Mata kelihatan pudar, tak bercahaya dan sering mengeluarkan cairan.
- Dagu berlipat dua atau tiga.
- Pipi berkerut, longgar, dan bergelombang.
- Kulit berkerut dan kering berbintik hitam, banyak tahi lalat, atau ditumbuhi kutil.

- Rambut menipis, berubah menjadi putih atau abu-abu, dan kaku, tumbuh rambut halus dalam hidung telinga dan alis.

b. Daerah Tubuh

- Bahu membungkuk dan tampak mengecil.
- Perut membesar dan membuncit.
- Pinggul tampak mengendor dan lebih lebar dibandingkan dengan waktu sebelumnya.
- Garis pinggang melebar, menjadi badan tampak seperti terisap.
- Payudara bagi wanita menjadi kendur dan melorot.

c. Daerah Persendian

- Pangkal tangan menjadi kendur dan terasa berat, Adapun ujung tangan tampak mengerut.
- Kaki menjadi kendur dan pembuluh darah balik menonjol terutama yang ada di sekitar pergelangan kaki.
- Tangan menjadi kurus kering dan pembuluh vena di sepanjang bagian belakang tangan menonjol.
- Kaki membesar karena otot-otot mengendur, timbul benjolan-benjolan, ibu jari kaki membengkak dan bisa meradang serta sering timbul kelosis
- Kuku tangan dan kaki menebal, mengeras, dan mengapur.

d. Perubahan pada Fungsi Fisiologis

Di samping berbagai perubahan yang telah dijelaskan sebelumnya juga terjadi perubahan pada fungsi organ. Tingkat denyut nadi dan konsumsi oksigen lebih beragam di antara mereka yang telah berusia lanjut dibanding mereka yang lebih muda. Meningkatnya tekanan darah yang terjadi akibat bertambah kerasnya dinding pembuluh arteri aorta dari pusat, merupakan gejala umum bagi orang yang berusia lanjut. Air seni yang diproduksi oleh orang usia lanjut berkurang dan kandungan *creatine* dalam air seni juga berkurang dibanding orang yang lebih muda. Pada usia lanjut, terjadi penurunan dalam jumlah waktu tidur yang diperlukan dan kenyenyakan tidurnya.

e. Perubahan Pancaindra

Pada usia lanjut, fungsi seluruh organ pengindraan kurang mempunyai sensitivitas dan efisiensi kerja dibanding yang dimiliki oleh orang yang lebih muda.

f. Perubahan Seksual

Masa berhentinya reproduksi keturunan (klimakterik) pada pria datang belakangan dibanding masa menopause pada wanita, dan memerlukan masa yang lebih lama. Pada umumnya ada penurunan potensi seksual selama usia 60-an, kemudian berlanjut sesuai dengan bertambahnya usia. Seperti masa menopause, masa klimakterik disertai dengan menurunnya fungsi gonadal karena gonadal ialah yang bertanggung jawab terhadap berbagai perubahan yang terjadi selama masa klimakterik. Klimakterik pada pria mempunyai dua efek umum: *Pertama*, terjadinya penyusutan atau penurunan ciri-ciri seks sekunder misalnya perubahan suara, titinada suara meninggi, rambut pada bagian wajah dan badan menjadi berkurang keindahannya, dan kekerasan otot secara umum menurun menjadi lembek. Secara umum, orang berusia lanjut berkurang kelaki-lakiannya dibanding pada masa sebelumnya. Begitu juga wanita berkurang keluwesannya setelah masa menopause terjadi.

Kedua, klimakterik pada pria mempengaruhi fungsi seksual. Walaupun potensi telah berkurang, tetapi tidak berarti bahwa keinginan melakukan hubungan seksual menurun.

39. Perubahan Kemampuan Motorik pada Usia Lanjut

Penyebab fisik yang mempengaruhi perubahan-perubahan dalam kemampuan motorik meliputi menurunnya kekuatan dan tenaga yang biasanya menyertai perubahan fisik yang terjadi karena bertambahnya usia, menurunnya kekerasan otot, kekuatan pada persendian, gemetar pada tangan, kepala, dan rahang bawah. Berbagai penyebab psikologis yang mempengaruhi perubahan dalam kemampuan motorik berasal dari merosotnya kesadaran dan perasaan rendah diri kalau dibandingkan dengan orang yang lebih muda dalam arti kekuatan,

kecepatan, dan keterampilan. Terdapat bukti latihan fisik dan kesibukan bekerja dapat mencegah atau paling tidak menghambat kecepatan penurunan kemampuan motorik. Seperti komentar Spriduso dari suatu penelitian yang menggarisbawahi tentang pengaruh dari latihan bahwa: "Hasil penelitian ini sangat mendukung partisipasi olahraga sebagai suatu faktor penting dalam memperlambat proses."

40. Perubahan Umum Kemampuan Motorik pada Usia Lanjut

a. Kekuatan

Penurunan kekuatan yang paling nyata ialah pada kelenturan otot-otot tangan bagian depan dan otot-otot yang menopang tegaknya tubuh. Orang berusia lanjut lebih cepat dan memerlukan waktu yang lebih lama untuk memulihkan diri dari keletihan dibanding orang yang lebih muda.

b. Kecepatan

Penurunan kecepatan dalam bergerak bagi orang usia lanjut dapat dilihat dari tes terhadap waktu reaksi dan keterampilan dalam bergerak, seperti dalam menulis tangan. Kecepatan dalam bergerak tampak sangat menurun setelah usia 60 tahun.

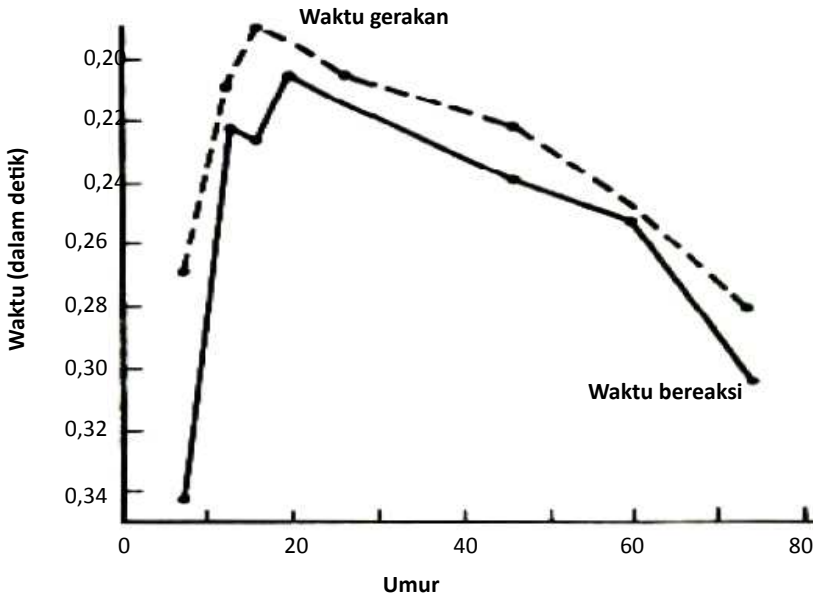
c. Belajar Keterampilan Baru

Bahkan pada waktu orang usia lanjut percaya bahwa belajar keterampilan baru akan menguntungkan pribadi mereka, mereka lebih lambat dalam belajar dibanding orang yang lebih muda dan hasil akhir cenderung kurang memuaskan.

d. Kekuatan

Orang usia lanjut cenderung menjadi canggung dan kagok, yang menyebabkan sesuatu yang dibawa dan dipegangnya tertumpah dan jatuh dan melakukan sesuatu dengan tidak hati-hati, dan dikerjakan secara tidak teratur. Kerusakan dalam keterampilan motorik terjadi dengan susunan terbalik terhadap berbagai keterampilan yang telah dipelajari di mana keterampilan yang lebih dahulu dipelajari justru

lebih sulit dilupakan dan keterampilan yang baru dipelajari lebih cepat.

USIA LANJUT: PENYESUAIAN PRIBADI DAN SOSIAL

Kecepatan dalam bereaksi dan bergerak menurun dengan tajam sejalan dengan bertambahnya usia. (Dikutip dari J. Hodgklns. *Influence of Age on The Speed of Reaction and Movement in Females*. Journal of Gerontology, 1962,17, 3&S-389. Dengan izln)

41. Pebubahan Kemampuan Mental Pada Usia Lanjut

Baltes dan Schaie memberi komentar "Selama beberapa dekade yang lalu psikologi tentang usia lanjut lebih dipengaruhi pendapat klise tentang hasil studi para psikolog yang telah memperkuat kepercayaan dalam masyarakat, bahwa dengan kecenderungan tentang menurunnya berbagai hal secara optimal akan timbul kemunduran kemampuan mental."

42. Perubahan Mental pada Usia Lanjut

a. Belajar

Orang yang berusia lanjut lebih berhati-hati dalam belajar, memerlukan waktu yang lebih banyak untuk dapat mengintegrasikan jawaban mereka, kurang mampu mempelajari hal-hal baru yang tidak mudah diintegrasikan dengan pengalaman masa lalu, dan hasilnya kurang tepat dibanding orang yang lebih muda.

b. Berpikir dalam Memberi Argumentasi

Secara umum, terdapat penurunan kecepatan dalam mencapai kesimpulan, baik dalam alasan induktif maupun deduktif. Sebagian dari hal ini, merupakan akibat dari sikap yang terlalu hati-hati dalam mengungkapkan alasan yang gradasinya cenderung meningkat sejalan dengan pertambahan usia.

c. Kreativitas

Kapasitas atau keinginan yang diperlukan untuk berpikir kreatif bagi orang berusia lanjut cenderung berkurang. Dengan demikian, prestasi kreativitas dalam menciptakan hal-hal penting pada orang berusia lanjut secara umum relatif kurang dibanding mereka yang lebih muda.

d. Ingatan

Orang berusia lanjut pada umumnya cenderung lemah dalam mengingat hal-hal yang baru dipelajari dan sebaliknya baik terhadap hal-hal yang telah lama dipelajari. Sebagian dari ini disebabkan oleh fakta bahwa mereka tidak selalu termotivasi dengan kuat untuk mengingat-ingat sesuatu, sebagian disebabkan oleh kurangnya perhatian, dan sebagian lagi disebabkan oleh pendengaran yang kurang jelas serta apa yang didengarnya berbeda dengan yang diucapkan orang.

e. Mengingat Kembali

Kemampuan dalam mengingat ulang banyak dipengaruhi oleh faktor usia dibanding pemahaman terhadap objek yang ingin diungkapkan kembali. Banyak orang berusia lanjut yang menggunakan tanda-tanda, terutama simbol visual, suara, dan gerakan (kinestetis), untuk membantu kemampuan mereka dalam mengingat kembali.:

f. Mengenang

Kecenderungan untuk mengenang sesuatu yang terjadi pada masa lalu meningkat semakin tajam sejalan dengan bertambahnya usia. Seberapa besar kecenderungan seseorang dalam mengingat kembali masa lalunya terutama tergantung pada kondisi hidup seseorang pada usia lanjut. Makin senang kehidupan seseorang pada usia lanjut, makin kecil waktu yang digunakan untuk mengenang masa lalu dan sebaliknya.

g. Rasa Humor

Pendapat umum yang sudah klise tetapi banyak dipercaya orang, bahwa orang berusia lanjut kehilangan rasa dan keinginannya terhadap hal yang lucu-lucu. Pendapat seperti ini benar dalam hal kemampuan mereka untuk membaca komik berkurang, dan perhatian terhadap komik yang dapat mereka baca bertambah dengan bertambahnya usia.

h. Perbendaharaan Kata

Menurunnya perbendaharaan kata yang dimiliki orang berusia lanjut menurun sangat kecil, karena mereka secara konstan menggunakan sebagian besar kata yang pernah dipelajari pada masa anak-anak dan remajanya. Adapun untuk belajar kata-kata pada usia lanjut lebih jarang dilakukan.

i. Kekerasan Mental

Kekerasan mental sangat tidak bersifat universal bagi usia lanjut. Hal ini bertentangan dengan pendapat klise yang mengatakan bah-

wa orang berusia lanjut mempunyai mental yang keras. Apabila kekerasan mental terjadi selama usia madya, hal ini cenderung menjadi semakin tampak sejalan dengan bertambahnya usia, yang umumnya karena orang berusia lanjut lebih lambat dan lebih sulit dalam belajar daripada yang pernah dilakukan sebelumnya dan mereka percaya bahwa nilai-nilai dan cara-cara lama dalam melakukan sesuatu lebih baik daripada cara dan nilai yang baru. Uraian ini bukan merupakan suatu pengertian yang kaku, tetapi lebih merupakan keputusan dengan alasan-alasan yang secara hati-hati disusun dan diungkapkan.

j. Kesehatan

Perubahan terhadap kesehatan dan kekuatan fisik dapat dilihat dari keinginan yang meningkat untuk mencari kegiatan yang dilakukan, duduk terus-menerus, dari menurunnya keinginan terhadap kegiatan yang memerlukan kekuatan fisik dan tenaga.

k. Status Sosial

Orang berusia lanjut dan kelompok sosial yang lebih tinggi biasanya mempunyai tingkat keinginan yang lebih tinggi dibanding yang berasal dari kelompok sosial yang lebih rendah. Mereka yang berasal dari kelompok banyak, terus melakukan keinginan yang telah dikembangkan pada masa awal kehidupannya.

l. Status Ekonomi

Orang berusia lanjut yang tidak mempunyai cukup uang untuk memenuhi kebutuhan sehari-harinya sering menghentikan banyak kegiatan yang penting bagi mereka kemudian memusatkan perhatiannya pada satu kegiatan yang dapat menghasilkan sesuatu, tanpa memerhatikan apakah hal ini penting bagi mereka atau memenuhi kebutuhannya.

m. Tempat Tinggal

Di mana orang berusia lanjut tinggal banyak dipengaruhi oleh pertimbangan apakah keinginan yang biasa mereka penuhi pada

masa kehidupan sebelumnya masih dapat dilakukan atau tidak. Apabila mereka tinggal di rumah mereka sendiri dengan anggota keluarganya, maka keinginan yang dahulu biasa mereka lakukan tampaknya dapat diteruskan, dibanding apabila mereka tinggal serumah dengan anaknya yang telah menikah atau tinggal di penampungan para pensiun.

n. Seks

Wanita, sebagai kelompok, lebih banyak mempunyai minat pada usia tua dibanding pria, seperti yang mereka lakukan selama masa mudanya. Karena hanya sedikit keinginan yang telah mereka kembangkan pada waktu masih muda, maka banyak pria berusia lanjut mengalami kesulitan dalam mengolah keinginannya sesuai dengan banyaknya waktu luang setelah mereka pensiun.

o. Status Pernikahan

Seperti halnya pria dan wanita yang tidak menikah pada awal masa dewasa dan usia madya yang mempunyai banyak waktu dan uang untuk memenuhi keinginan mereka dibanding yang menikah, begitu juga terjadi pada orang-orang berusia lanjut yang tidak menikah. Beberapa keinginan mereka mungkin hal yang baru, tetapi sebagian besar merupakan bawaan sejak masa muda dahulu.

p. Nilai

Seperti halnya berubahnya nilai, maka nilai keinginan pun selalu berubah pada setiap tingkat usia. Pada usia lanjut, perubahan nilai keinginan lebih umum terjadi dan biasanya mengarah kesikap konservasi. Hal ini mempengaruhi nilai relatif yang mereka canangkan dalam keinginan mereka. Misalnya, orang berusia lanjut mungkin lebih menghargai kontak sosial dibanding melakukan hobi sebagai kompensasi dari kesepian karena kehilangan pasangan.

43. Kondisi Umum yang Mempengaruhi Perubahan Kegiatan Rekreasi

a. Kesehatann

Dengan semakin menurunnya kondisi kesehatan seseorang secara bertahap dan ketidakmampuan secara fisik, misalnya penglihatannya sudah tidak baik lagi, maka ia akan semakin tertarik pada kegiatan rekreasi yang memerlukan sedikit tenaga dan kekuatan fisik serta yang dapat dinikmati di dalam rumah.

b. Status Ekonomi

Dengan berkurangnya pendapatan setelah pensiun, mungkin mereka dengan terpaksa harus menghentikan atau mengurangi kegiatan rekreasi, seperti pergi menonton film, yang dianggap menghamburkan uang. Kondisi seperti ini benar terjadi khususnya bagi mereka yang termasuk dalam kelompok sosial-ekonomi rendah.

c. Pendidikan

Semakin tinggi dan formal tingkat pendidikan yang dimiliki seseorang, maka semakin besar pula kegiatan rekreasi yang bersifat intelek dilakukan, seperti membaca. Karena hanya perlu sedikit tenaga, maka kegiatan semacam inilah yang dapat dinikmati oleh orang usia lanjut. Bagi mereka yang tingkat pendidikannya terbatas, jenis rekreasi yang dimiliki kebanyakan hanya tergantung acara TV.

d. Status Perkawinan

Orang berusia lanjut yang telah terbiasa terikat dengan rekreasi bersama anak istri, harus melakukan perubahan yang radikal terhadap pola rekreasinya setelah kehilangan pasangan hidupnya karena kematian atau perceraian. Wanita yang biasa bermain kartu atau melibatkan diri dengan perkumpulan-perkumpulan sosial yang ada dalam masyarakat bersama suaminya, harus mengusahakan kegiatan rekreasi baru apabila dia telah sendirian karena bercerai atau ditinggal mati suaminya.

e. Jenis Kelamin

Wanita cenderung untuk berusaha terlibat dalam rekreasi yang bervariasi luas selama hidupnya. Banyak juga di antara mereka yang terus melakukan kegiatan ini sampai masa tuanya. Sebaliknya, pria cenderung untuk membatasi minat rekreasi, pada umumnya dalam bentuk penghargaan tertentu, yang harus dihentikan karena alasan kesehatan yang memburuk. Dengan demikian, mereka mengurangi minat rekreasinya pada usia lanjut. Karena itu, satu-satunya bentuk rekreasi yang banyak dilakukan hanya menonton televisi.

f. Kondisi Kehidupan

Orang berusia lanjut yang tinggal di panti wreda disediakan bentuk rekreasi yang cocok dengan kondisi fisik dan mental penghuninya. Mereka yang tinggal dalam rumah sendiri atau bersama anaknya yang telah menikah mempunyai kesempatan rekreasi yang lebih sedikit, terutama apabila status ekonomi, kondisi kesehatan, dan masalah transportasi tidak memungkinkan mereka untuk berpartisipasi dalam kegiatan rekreasi yang disponsori oleh masyarakat.

g. Kegiatan Rekreasi yang Biasa Dilakukan pada Usia Lanjut

Secara umum jumlah dan variasi keterikatan kegiatan rekreasi tampak menurun dengan bertambahnya usia, walaupun minat terhadap rekreasi ini masih kuat. Oleh karena itu, tidak benar kalau mengukur minat orang usia lanjut terhadap kegiatan rekreasi hanya dengan melihat jumlah keterikatan mereka dalam badan kegiatan rekreasi ini.

43. Jenis Kegiatan Sosial yang Mulai Dihentikan

Berhentinya seseorang dari kegiatan sosial dapat terjadi secara sukarela atau terpaksa. Masalah yang sama seriusnya ialah sikap sosial terhadap orang usia lanjut yang tidak menyenangkan mendorong mereka mengundurkan diri dari kegiatan sosial.

Menonton TV
Duduk dan berpikir
Bersosialisasi dengan teman
Berkebun dan merawat tanaman
Membaca
Tidur
Tidak melakukan apa-apa
Jalan-jalan
Berpartisipasi dalam kegiatan rekreasi dan hobi
Berpartisipasi dalam kelompok atau perkumpulan persaudaraan atau masyarakat
Merawat anggota keluarga yang lebih muda
melakukan pekerjaan sukarela
Berpartisipasai dalam kegiatan politik
Bekerja penuh atau bekerja sambilan/tenggang
Berpartisipasi dalam kegiatan olahraga misalnya golf, tenis, dan berenang.
0 10 20 30 40 50
Persentase Kelompok

Kegiatan rekreasional yang bersifat umum yang dengannya orang berusia lanjut menghabiskan sebagian besar waktunya. (Dikutip dari E.V. Beverley The Begining of Wisdom About Aging. Greatrics, 1975. 30(7) 116-119, 122-123, 127-128. Dengan izin

a. Sumber Kontak Sosial

Ada sumber dalam masyarakat yang berbeda, yang dapat dimanfaatkan oleh orang usia lanjut untuk melakukan kontak sosial di masa tuanya, yang secara garis besar dibedakan menjagi tiga macam sumber yang sangat dipengaruhi oleh usia lanjut.

b. Sumber Kontak Sosial yang Dipengabuhi Usia

Persahabatan pribadi yang akrab dengan para anggota dari kelompok jenis kelamin yang sama (pria dengan pria atau wanita dengan wanita) yang dibina ulang sejak masa dewasa atau pada awal ta-

hun pernikahannya, sering terhenti apabila salah satunya mati, atau pindah tempat tinggal sehingga menjadi jauh. Dalam hal seperti ini, tampaknya orang usia lanjut tidak mampu lagi untuk menetapkan jenis persahabatan lain yang semacam ini.

c. Kelompok Persahabatan

Kelompok semacam ini terbentuk dari pasangan-pasangan yang bersatu, yang dibentuk pada waktu mereka masih muda karena mereka mempunyai minat dan kesenangan yang serupa secara timbal balik. Minat dan kesenangan ini antara lain dapat berasal dari perkumpulan usaha para suami atau karena para istri dengan keluarga yang mempunyai keinginan timbal balik yang sama, atau dalam bentuk organisasi masyarakat. Pada saat para pria mulai pensiun serta kegiatan para wanita dalam rumah tangga, dan masyarakat mulai berkurang, anggota kelompok persahabatan juga berkurang dan secara bertahap mulai menghilang.

d. Kelompok atau Perkumpulan Formal

Apabila peranan kepemimpinan dalam kelompok atau perkumpulan formal diambil alih oleh anggota yang lebih muda dan apabila perencanaan kegiatan terutama berorientasi pada minat mereka yang lebih muda ini, orang usia lanjut merasa tidak diperlukan lagi dalam organisasi semacam ini dan.menghentikan keanggotaan mereka dalam perkumpulan ini.

e. Partisipasi Sosial

Dengan makin bertambahnya usia seseorang, maka partisipasi sosialnya semakin berkurang dan cakupannya juga menyempit. Pada saat setiap tingkat usia, status sosial-ekonomi sangat memegang peranan penting dalam menentukan tingkat partisipasi dalam organisasi sosial dan kemasyarakatan. Pada umumnya, anggota dari kelompok sosial yang lebih tinggi mendominasi kehidupan organisasi masyarakat dan menunjang organisasi tersebut dalam bentuk partisipasi kepemimpinan. Oleh karena banyak organisasi masyara-

kat yang berorientasi pada pekerjaan, terbukti dengan banyaknya organisasi usaha dan perserikatan dagang yang dibentuk, maka orang berusia lanjut yang pensiun tidak lagi menjadi anggota organisasi semacam ini.

Perubahan dalam status individual yang disebabkan oleh salah satu faktor, yaitu hilangnya pasangan hidup (suami/istri) atau karena pensiun, tampaknya mempengaruhi tingkat dan aktivitas sosial serta persahabatan yang biasa dilakukan.

e. Minat terhadap keagamaan

Sikap sebagian besar orang berusia lanjut terhadap agama mungkin lebih sering dipengaruhi oleh bagaimana mereka dibesarkan atau apa yang telah diterima pada saat mencapai kematangan intelektualnya. Pola upacara keagamaan dan kehadiran di tempat ibadah mempunyai banyak persamaan atau telah dimodifikasi oleh lingkungan yaitu modifikasi yang masuk akal bagi setiap individu.

f. Toleransi Keagamaan

Dengan meningkatnya usia, seseorang ini sulit mengikuti dogma-dogma agama dan melakukan kunjungan ke tempat ibadah dan orang-orang yang berbeda kepercayaan dengan sikap yang lebih lunak.

g. Keyakinan Keagamaan

Perubahan keyakinan keagamaan selama usia lanjut umumnya dalam pengarahan menerima keyakinan tradisional dikaitkan dengan kepercayaan seseorang.

h. Ibadah Keagamaan

Menurunnya kehadiran dan partisipasi dalam kegiatan di tempat ibadah pada usia lanjut karena tidak ada minat ialah lebih sedikit daripada karena faktor-faktor lain seperti kesehatan yang memburuk, tidak ada transportasi, malu, karena tidak mempunyai pakaian yang sesuai atau tidak mampu menyumbang uang, dan perasaan tak

dibutuhkan oleh anggota organisasi yang lebih muda. Wanita lebih banyak berpartisipasi dalam kegiatan keagamaan daripada pria karena kesempatan yang mereka berikan untuk hubungan sosial.

i. Minat untuk Mati

Semakin lanjut usia seseorang, biasanya mereka menjadi semakin kurang tertarik terhadap kehidupan duniawi dan lebih mementingkan tentang kematian ini sendiri serta kematian dirinya. Pendapat semacam ini benar, khususnya bagi orang yang kondisi fisik dan mentalnya semakin memburuk. Pada waktu kesehatannya memburuk, mereka cenderung untuk berkonsentrasi pada masalah kematian dan mulai dipengaruhi oleh perasaan seperti ini. Hal ini secara langsung bertentangan dengan pendapat orang yang masih muda, di masa kematian bagi mereka tampaknya masih jauh dan karena itu mereka kurang memikirkan kematian.

44. Bahaya Penyesuaian Pribadi dan Sosial pada Usia Lanjut

Pada beberapa waktu disepanjang kehidupan seseorang terdapat bahaya serius yang lebih potensial sehingga proses penyesuaian pribadi dan sosial tidak dapat dilakukan secara baik pada usia lanjut. Sebagian dari masalah ini disebabkan oleh karena menurunnya kemampuan mental orang berusia lanjut lebih mudah diserang oleh bahaya potensial dibanding pada usia sebelumnya.

Bahaya fisik

Seluruh bahaya yang bersifat umum terhadap kesehatan fisik pada usia muda tidak hanya menyerang orang berusia lanjut tetapi proporsi pengaruhnya terhadap individual lebih besar. Sebagai tambahan tentang bahaya umum ini ada beberapa jenis bahaya yang terbatas pada usia lanjut saja.

45. Tanda-tanda Bahaya Fisik yang Umum Pada Usia Lanjut

a. Penyakit dan Hambatan Fisik

Orang berusia lanjut biasanya banyak terserang gangguan sirkulasi darah, gangguan dalam sistem metabolisme, gangguan yang melibatkan mental, gangguan pada persendian penyakit tumor (baik yang tidak berbahaya maupun yang menular), sakit jantung, rematik, encok, pandangan dan pendengaran berkurang, tekanan darah tinggi, berjalan gontai, kondisi mental, dan saraf terganggu.

b. Kurang Gizi

Penyakit kurang gizi pada usia lanjut lebih banyak disebabkan oleh faktor pengaruh psikologi dibanding sebab ekonomi. Pengaruh psikologi yang terbesar ialah hilangnya selera karena rasa takut dan depresi mental, tidak ingin makan sendirian, dan tidak ingin makan karena merasa curiga sebelumnya. Bahkan pada waktu makan yang dikonsumsi kurang bermutu dan kurang jumlahnya, banyak orang berusia lanjut yang tidak memperoleh gizi cukup dari makanannya, karena tidak diserap tubuh yang disebabkan oleh gangguan sistem kelenjar endokrin yang tidak berfungsi seperti dahulu.

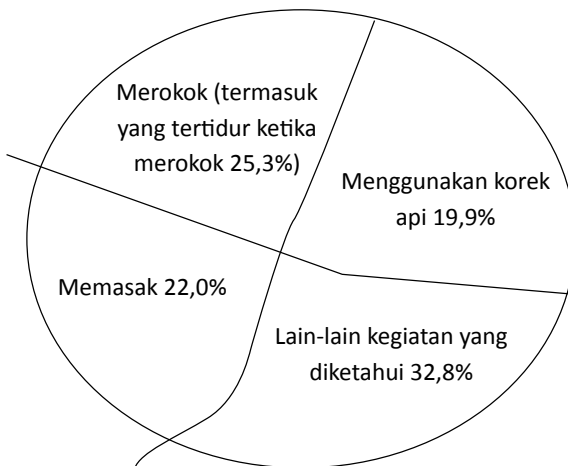
c. Gangguan Gizi

Cepat atau lambat orang berusia lanjut pada umumnya akan kehilangan sebagian gigi bahkan banyak yang hilang semuanya. Bagi mereka yang terpaksa memakai gigi palsu, sering mengalami kesulitan dalam mengunyah makan yang kaya protein, seperti daging dan pengunyahan hanya dipusatkan pada makanan yang mengandung karbohidrat tinggi. Kesulitan dalam mengunyah juga mendorong seseorang untuk menelan makanan kasar dan lebih besar sehingga mengakibatkan gangguan pencernaan. Sakit yang disebabkan oleh tekanan gigi palsu atau gigi yang ompong sering menyebabkan suara tertelan, yang mengganggu orang berusia lanjut dalam berbicara dan menimbulkan rasa malu.

d. Mengendurnya Kemampuan Sosial

Hilangnya kemampuan seksual atau sikap yang tidak menyenangkan hubungan seksual pada usia lanjut banyak mempengaruhi orang usia lanjut seperti halnya kehilangan emosi yang mempengaruhi anak kecil. Orang yang kehidupan perkawinannya bahagia dapat menyebabkan hidupnya lebih sehat dan hidup lebih lama dibanding pasangan, atau mereka yang kehidupan seksualnya tidak aktif.

e. Kecelakaan

Orang berusia lanjut biasanya lebih mudah terkena kecelakaan dibanding orang yang lebih muda. Bahkan walaupun kecelakaan ini tidak fatal, dapat menyebabkan seseorang yang berusia lanjut dapat jatuh, yang mungkin disebabkan oleh gangguan lingkungan atau kepala pusing, pening, kondisi yang lemah, dan gangguan penglihatan merupakan penyebab kecelakaan yang paling umum bagi wanita berusia lanjut. Adapun pria berusia lanjut sering memperoleh kecelakaan yang disebabkan karena mengendarai mobil atau ditabrak mobil waktu sedang berjalan. Kecelakaan yang disebabkan oleh kebakaran atau api juga dapat terjadi terhadap para usia lanjut.

Sebab-sebab terjadinya kebakaran di antara orang berusia lanjut.

f. Bahaya Psikologis

Orang usia lanjut menerima pendapat klise tentang kebudayaan. Bahaya psikologis: *pertama*, ialah mereka menerima kepercayaan tradisional dan pendapat klise tentang kebudayaan dari suatu usia. Pengaruh perubahan fisik pada usia lanjut yang *kedua* ialah perasaan rendah diri dan tidak enak yang datang bersamaan dengan perubahan fisik. Perubahan dalam pola kehidupan bahaya psikologis yang *ketiga* ialah usia lanjut perlu menetapkan pola hidup yang berbeda dengan keadaan masa lalu dan cocok dengan kondisi usia lanjut. Kecenderungan untuk "tidur" secara mental bahaya psikologis yang *keempat* ialah kecurigaan atau realisasi bahwa penurunan mental sudah mulai terjadi. Bagi banyak orang usia lanjut curiga bahwa mereka dalam beberapa hal pelupa, mereka menemui kesulitan dalam belajar fakta dan nama-nama baru, dan mereka merasa tidak dapat bertahan terhadap tekanan yang berat yang biasa mereka pikul sebelumnya. Bahaya psikologis yang *kelima* ialah perasaan bersalah karena mereka tidak bekerja sedang orang lain masih bekerja. Bahaya psikologis yang *keenam* adalah akibat dari berkurangnya pendapatan. Setelah pensiun, banyak orang usia lanjut yang dapat memanfaatkan waktu luangnya dengan kegiatan yang produktif seperti menghadiri kuliah atau konser, atau berpartisipasi dalam berbagai kegiatan masyarakat. Bahaya psikologis yang *ketujuh* dan sejauh ini merupakan yang paling berbahaya bagi orang usia lanjut ialah pelepasan berbagai kegiatan sosial.

46. Penyesuaian Pekerjaan dan Keluarga

Pria lanjut usia biasanya lebih tertarik pada jenis pekerjaan yang bersifat menantang, yang mereka sadari tak mungkin akan ada. Akibatnya, mereka lebih puas dengan pekerjaannya daripada orang yang lebih muda. Bahkan mengetahui bahwa sebentar lagi mereka akan pensiun, tidak mempengaruhi sikap mereka memang menikmati apa yang mereka kerjakan.

47. Sikap terhadap kerja

Sikap kerja tidak hanya mempengaruhi kualitas kerja yang mereka lakukan tetapi juga sikapnya terhadap masa pensiun yang datang. Pada masa usia lanjut, yang juga terjadi pada tingkat usia lain selama rentang hidup masa dewasa, orang mempunyai alasan yang berbeda terhadap pekerjaan yang diinginkan. Budaya sikap yang berlaku sebelumnya terhadap kerja juga dapat mempengaruhi sikap pekerja usia lanjut terhadap pekerjaannya. Mereka yang pertumbuhan dewasanya terjadi ketika sikap budaya terhadap pekerjaan pada umumnya lebih menyenangkan dibandingkan dengan sekarang, mempunyai sikap kerja yang sangat beda dibandingkan dengan orang muda. Hal ini mau tidak mau mewarnai sikap mereka terhadap pekerjaannya dan menambah kesulitan mereka dalam menyesuaikan diri karena tidak dapat memperoleh pekerjaan, padahal kondisi secara fisik masih memungkinkan untuk bekerja. Bagi pria usia lanjut yang berorientasi pada pekerjaan yang dapat memberikan status dan harga diri merupakan hal yang utama bagi kesehatan mental yang baik.

48. Kesempatan Kerja bagi Pekerja Usia Lanjut

Sayang, apabila pria atau wanita usia lanjut kehilangan pekerjaan. Sering kali bukan karena kesalahan mereka sendiri, sering kali mereka menemukan kenyataan bahwa sangat sedikit kesempatan kerja yang tersedia bagi mereka, walaupun mereka ingin bekerja dan sanggup untuk melakukan pekerjaan ini. Situasi yang serupa seperti ini juga terjadi bagi mereka yang ingin berganti pekerjaan, karena mereka tidak puas dengan pekerjaan sekarang. Apabila pekerja usia lanjut cukup beruntung memperoleh pekerjaan, jenis pekerjaan yang diperoleh pun lebih banyak bersifat monoton, pekerjaan yang tidak berkembang. Dalam dunia usaha dan industri hanya pekerjaan yang paling tidak menyenangkan saja yang tersedia bagi pekerja usia lanjut.

Semua itu berarti bahwa secara keseluruhan skala pendapatan bagi kebanyakan pekerja usia lanjut berada pada urutan paling bawah dan hanya sedikit yang memperoleh pendapatan tinggi. Akibatnya,

banyak pekerja usia lanjut memperoleh hanya sedikit kepuasan dari pekerjaannya.

49. Penilaian Pekerja Usia Lanjut

Manfaat dan kerugian yang diperoleh apabila mengontrak pekerja usia lanjut membuahkan kesimpulan bahwa manfaat dan kerugiannya berbeda-beda bergantung pada jenis pekerjaan yang dikerjakan. Beberapa jenis pekerjaan mungkin lebih sesuai bagi pekerja usia lanjut dan beberapa jenis lainnya lebih cocok untuk pegawai yang lebih muda. Jenis-jenis pekerjaan yang memerlukan pengalaman dan kemampuan membuat keputusan lebih mengutamakan kualitas hasil kerja daripada kecepatan, sehingga jenis pekerjaan semacam ini lebih sesuai bagi pekerja usia lanjut. Bahkan pada pekerjaan di mana kecepatan dan kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan tugas-tugas baru dianggap penting, seperti pekerjaan yang memerlukan keterampilan, tidak memerlukan keterampilan dan tugas-tugas yang bersifat administratif. Pekerja usia lanjut dapat mengkompensasikan kelambanan dalam bekerja dan kesulitannya dalam menyesuaikan diri dengan stabilitas dan kemampuan bekerja tanpa pengawasan.

Studi tentang pekerja usia lanjut menekankan pada kualitas kerja yang menyumbang keberhasilan mereka dalam bekerja. Pekerja usia lanjut, misalnya, karena mereka mempunyai banyak pengalaman, cenderung bekerja dengan gerak yang lamban daripada pekerja muda yang kurang berpengalaman. Kelebihan ini dapat menutupi kelemahan mereka dalam bekerja

50. Penyesuaian Diri Terhadap Masa Pensiun

Schwartz berkata bahwa: “Pensiun dapat merupakan akhir pola hidup baru. Pensiun selalu menyangkut perubahan peran, perubahan keinginan dan nilai, dan perubahan secara keseluruhan terhadap pola hidup setiap individu.”

51. Jenis Pensiun

Pensiun dapat saja berupa sukarela atau kewajiban yang terjadi secara reguler atau lebih awal. Beberapa pekerja menjalani masa pensiun secara sukarela, sering kali sebelum masa usia pensiun yang sebenarnya. Hal ini mereka lakukan karena alasan kesehatan atau keinginan untuk menghabiskan sisa hidupnya dengan melakukan hal-hal yang lebih berarti buat diri mereka daripada pekerjaannya. Bagi yang lain, pensiun dilakukan secara terpaksa atau disebut juga karena wajib pensiun, karena organisasi di mana seseorang bekerja menetapkan usia tertentu sebagai batas seseorang untuk pensiun, tanpa mempertimbangkan apakah mereka senang atau tidak. Bagi mereka yang lebih suka sikap bekerja tetapi dipaksa keluar pada usia wajib pensiun sering kali menunjukkan sikap kebencian dan akibatnya motivasi mereka untuk melakukan penyesuaian diri yang baik pada masa pensiun sangat rendah.

Sementara kebanyakan pekerja pensiun pada usia pensiun wajib reguler, dewasa ini terdapat kecenderungan untuk meminta masa pensiun lebih awal dari usia wajib pensiun. Kadang pensiun lebih awal terpaksa diambil karena kebijaksanaan manajemen yang ingin mengadakan berbagai perubahan dan pembaruan sehingga mendesak pekerja lanjut usia untuk berhenti bekerja, untuk memberikan kesempatan bagi pekerja baru. Tetapi terkadang pensiun juga dijalani dengan sukarela. Beberapa pekerja mungkin merasa kecewa karena terpaksa keluar dari pekerjaannya atau pensiun sebelum wajib pensiun.

52. Kondisi yang Memengaruhi Penyesuaian Diri terhadap Pensiun

Kondisi-kondisi tertentu dapat membantu penyesuaian diri terhadap masa pensiun, Adapun kondisi lain dapat menghambat penyesuaian. Sikap para pekerja terhadap pensiun pasti mempunyai pengaruh yang besar terhadap penyesuaian. Sikap ini bervariasi dari sikap yang senang karena mereka merasa bebas dari tugas dan tanggung jawab sampai sikap gelisah karena memikirkan sesuatu yang harus dilepaskan, padahal sesuatu ini bagi dia sangat berarti, yaitu peker-

jaan. Secara umum dapat dikatakan bahwa apabila kondisi ini memungkinkan orang usia lanjut untuk tetap tinggal dalam masyarakat dan jika mereka mempunyai cukup uang untuk hidup seperti sebelum masa pensiun, mereka akan dapat melakukan penyesuaian diri lebih baik daripada jika mereka harus membuat perubahan yang drastis pada pola hidup mereka.

53. Perbedaan Seks dalam Penyesuaian Diri dengan Masa Pensiun

Secara umum, wanita menyesuaikan diri dengan lebih baik daripada pria terhadap masa pensiun. Dalam hal ini ada beberapa alasan. *Pertama*, perubahan peran yang terjadi tidak begitu radikal karena dalam berbagai hal wanita selalu memainkan peran domestik entah ketika mereka masih belum menikah maupun setelah menikah, sepanjang hidup mereka, lebih-lebih terhadap peran sebagai pekerja.

Kedua, karena pekerjaan menghasilkan lebih sedikit manfaat psikologis dan dukungan sosial bagi wanita, pensiun kurang menimbulkan trauma bagi wanita ketimbang bagi pria. *Ketiga*, karena lebih sedikit wanita memegang posisi eksekutif mereka tidak merasa bahwa mereka tiba-tiba kehilangan kuasa atau prestise.

Sebagai kelompok wanita yang tidak menikah dapat lebih baik menyesuaikan diri terhadap masa pensiun daripada ibu rumah tangga karena mereka mempunyai sumber sosial yang lebih banyak yang dapat mengisi waktu luang mereka. Lagi pula mereka lebih bergantung pada kontak dengan unsur di luar keluarga. Hasilnya mereka mempunyai kelompok sosial di mana dia dapat bersama-sama mengisi waktu senggang pada masa pensiun.

Sebaliknya, pria mempunyai sedikit sumber pengganti yang dapat menghasilkan kepuasan, untuk menggantikan sarana yang biasa diperoleh dari pekerjaannya dahulu daripada yang dipunyai oleh wanita. Akibatnya, bagi mereka pensiun dirasa sebagai beban mental dan mereka kurang dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap perubahan peran yang dijumpainya selama pensiun.

54. Penyesuaian Terhadap Perubahan dalam Kehidupan Keluarga Pada Usia Lanjut

Pola kehidupan keluarga yang mantap pada masa dewasa dini, kemudian mulai berubah waktu memasuki usia tengah baya. Perubahan ini lebih terasakan oleh para pensiunan, karena pengaruh berkurangnya pendapatan, atau kematian suami atau istri di masa usia lanjut.

55. Hubungan dan Pasangan

Dengan berubahnya peran dari pekerja ke pensiun, kebanyakan pria menghabiskan sebagian besar waktunya untuk tinggal di rumah daripada yang mereka lakukan sebelumnya. Jika hubungan mereka dan istrinya baik, hal ini akan mendatangkan kebahagiaan bagi mereka berdua.

Karena banyak pria pensiunan merasa kehilangan aktivitas dan tidak tahu apa yang harus dilakukan pada waktu senggang, maka mereka cenderung merasa tertekan dan tidak bahagia. Mereka menunjukkan perasaannya dengan cara bersikap kritis terhadap situasi, mencari-cari kesalahan dan tidak senang dengan apa yang dilakukan istrinya. Banyak juga yang merasa tidak senang terhadap saran-saran yang dianggap sebagai pekerjaan rumah tangga, karena pekerjaan semacam ini mereka anggap sebagai tugas wanita.

Seberapa jauh penyesuaian antara suami dan istri, satu sama lainnya di hari tua, apabila pensiun memaksa mereka untuk lebih senang bersama daripada waktu-waktu sebelumnya selama perkawinan mereka, terutama bergantung pada seberapa banyak minat yang sama-sama mereka punyai. Sebaliknya, hal tersebut akan banyak bergantung pada seberapa rukun mereka di waktu dahulu, terutama pada usia madya, ketika anak-anak mereka meninggalkan rumah sehingga mereka bebas dari tugas sebagai orang tua dan bebas dari tugas yang berorientasi pada rekreasi.

56. Perubahan Perilaku Seksual

Penyesuaian kedua yang penting yang berpusat sekitar hubungan keluarga yang harus dibuat orang usia lanjut ialah perubahan

dalam perilaku seksual. Penyesuaian ini menjadi sulit karena adanya kepercayaan bahwa impotensi dan tidak berselera dalam hubungan seksual merupakan hal biasa yang menyertai usia lanjut. Mereka percaya bahwa hal ini disebabkan oleh adanya perubahan yang timbul seiring menurunnya fisik mereka.

Faktor umum yang mempengaruhi perilaku seksual pada masa usia lanjut antara lain:

- Pola perilaku seksual pada masa lalu.
- Kesesuaian dengan pasangan hidup.
- Sikap sosial.
- Status perkawinan.
- Masalah non-seksual yang telah membebani sebelumnya.
- Terlalu akrab.
- Impotensi.

57. Penyesuaian Diri Terhadap Hilangnya Pasangan pada Usia Lanjut

Tidak dapat disangkal lagi satu di antara penyesuaian yang utama yang harus dilakukan oleh orang usia lanjut ialah penyesuaian yang harus dilakukan karena kehilangan pasangan hidup. Kehilangan ini dapat disebabkan oleh kematian atau perceraian, walaupun umumnya lebih banyak disebabkan oleh kematian. Karena alasan inilah maka merupakan kebiasaan bagi wanita untuk menikah dengan pria yang berumur sama atau lebih tua dan karena rata-rata pria, meninggal lebih cepat dari wanita, maka menjanda di hari tua lebih sering terjadi pada wanita daripada pria.

Karena masalah penyesuaian terhadap hilangnya pasangan berbeda bagi pria dan wanita pada setiap tingkat usia. Masalah penyesuaian yang dihadapi oleh pria dan wanita akan dibahas secara terpisah.

a. Masalah Penyesuaian Diri bagi Pria

Memang benar bahwa masalah keuangan karena pensiun bagi pria tampak relatif lebih kecil daripada wanita, di samping itu seorang

janda lebih memerlukan keamanan sosial dan sumber pendapatan lainnya serta ada masalah lain yang sering sangat sulit untuk mereka atasi. Dari sejumlah masalah penyesuaian yang perlu diatasi, tiga masalah yang bersifat umum dan serius, yaitu:

- Usia lanjut merupakan suatu periode di mana selama masa ini keinginan menyusut.
- Walaupun duda mungkin tidak selalu merasa puas dengan perkawinannya, tetapi ia masih dapat menerima istrinya untuk dijadikan sahabat, untuk merawat kebutuhan fisik, dan mengatur rumah tangga mereka.
- Masalah tempat tinggal merupakan duri bagi sebagian besar duda dan dalam banyak hal merupakan salah satu masalah besar baginya.

b. Masalah Penyesuaian Diri pada Wanita

Bagi wanita, masalah penyesuaian diri dengan masa menjanda sering kali terasa sulit karena berkurangnya pendapatan kecuali kalau suaminya mempunyai polis asuransi jiwa atau mempunyai tunjangan pensiun yang diperuntukkan bagi para jandanya. Sementara itu, kebanyakan para janda dewasa ini dapat mengharapkan keuntungan tunjangan jaminan sosial dari suami yang telah meninggal. Pendapatan ini lebih sedikit dibandingkan dengan bila suaminya masih hidup.

Masalah penyesuaian diri utama yang dihadapi para janda dipengaruhi oleh jumlah pendapatan mereka. Menurunnya pendapatan secara drastis dapat menimbulkan malapetaka bagi keluarga.

Ada tiga masalah penting yang timbul karena berkurangnya pendapatan:

- Pendapatan yang berkurang dapat dan kadang-kadang mengharuskan untuk menghentikan minat mereka kalau tidak, pendapatannya akan semakin berkurang.
- Pendapatan yang berkurang mempengaruhi kehidupan sosial janda.

- Pendapatan yang berkurang sering diartikan sebagai pindah ke dalam kehidupan yang lebih kecil dan kurang diinginkan.

58. Perkawinan pada Usia Lanjut

Salah satu cara orang usia lanjut dalam mengatasi masalah kesepian dan hilangnya aktivitas seksual yang disebabkan karena tidak mempunyai pasangan hidup, ialah dengan cara menikah kembali. Menikah lagi pada masa dewasa ini merupakan hal yang biasa terjadi dibandingkan pada masa lalu, sebagian karena sikap sosial terhadap perkawinan pada usia lanjut sekarang lebih ditoleransi daripada masa lalu. Bagaimanapun seperti telah ditekankan bahwa kesempatan untuk menikah kembali lebih sedikit bagi wanita daripada bagi pria dari tahun ke tahun.

59. Perbedaan Usia dalam Pernikahan Kembali

Biasanya orang usia lanjut menikah dengan orang yang kira-kira seumur juga. Namun terdapat kecenderungan juga yang menikah dengan orang yang lebih muda. Pria usia lanjut memilih wanita yang lebih muda bila mereka ingin menikah lagi, begitu juga sebaliknya wanita usia lanjut menikah dengan pria yang lebih muda.

Sementara itu, baik pria maupun wanita jumlah mereka yang menikah dengan yang lebih muda lebih besar dibandingkan dengan yang seumur.

Kondisi yang menunjang penyesuaian pernikahan kembali di masa usia lanjut antara lain:

- Pernikahan pertama yang bahagia.
- Mengetahui sifat-sifat dan pola-pola perilaku apa yang dicari dari pasangan yang potensial.
- Keinginan untuk menikah karena alasan mencintai dan membutuhkan teman, daripada alasan untuk memenuhi hidup nyaman atau bantuan ekonomi.
- Minat untuk melanjutkan perilaku seksual.
- Latar belakang pendidikan dan sosial yang sama.

- Pendapatan yang memadai.
- Pengakuan dari anak, cucu, dan teman-teman terhadap pernikahan tersebut.
- Kesehatannya cukup baik dan kondisi fisik sehat serta mampu bagi kedua pasangan hidup.
- Usahakan memperoleh calon istri/suami yang tidak berasal dari daerah tempat tinggal anaknya yang telah dewasa, kerabat keluarga, dan teman-temannya.

60. Penyesuaian Diri Terhadap Kesendirian pada Usia Lanjut

Kepercayaan umum mengatakan bahwa orang usia lanjut yang tidak pernah menikah akan tidak bahagia dan tidak benar kalau perasaan kesepian di masa usia lanjut disebabkan oleh pengalaman nyata.

Wanita usia lanjut yang membujang membangun kehidupan sendiri seperti yang dilakukan oleh pria. Sebagai akibatnya, mereka harus menjaga terus agar dirinya bahagia sampai usia tua. Walaupun mereka pensiun, biasanya mereka dapat dana dari tunjangan atau jaminan sosial serta tabungannya, sehingga tidak menutup kemungkinan untuk mereka hidup bahagia.

61. Pola Hidup bagi Kaum Usia Lanjut

Pola kehidupan di masa usia lanjut lebih beragam dibanding pada masa usia tengah baya, karena pola hidupnya telah di standardisasi.

Beberapa kondisi yang mempengaruhi pilihan pola hidup bagi kaum usia lanjut antara lain:

- Status ekonomi.
- Status perkawinan.
- Kesehatan.
- Kemudahan dalam perawatan.
- Jenis kelamin.
- Anak-anak.

- Keinginan untuk mempunyai teman.
- Iklim.

62. Kebutuhan fisik dan psikologis dalam pola hidup orang usia lanjut

a. Kebutuhan Fisik

- Temperatur di rumah sebaiknya seimbang antara temperatur lantai dan atap. Karena sirkulasi udara yang buruk menjadikan orang usia lanjut sensitif terhadap temperatur di bagian atap.
- Orang usia lanjut memerlukan jendela yang lebar agar banyak cahaya yang masuk untuk mengimbangi penglihatan yang turun.
- Peralatan rumah tangga mereka harus didesain dengan mengutamakan keselamatan dan kemerdekaan orang usia lanjut dalam mempergunakannya. Orang usia lanjut sebaiknya menaiki sedikit tangga, lantai tidak boleh licin, atau lebih baik kalau seluruhnya tertutup karpet dan sudut yang gelap dan berbahaya diberi penerangan setiap saat.
- Tersedia ruangan yang cukup luas untuk rekreasi dalam rumah maupun di luar rumah, kondisi seperti ini biasanya tersedia pada perumahan yang dikembangkan berdasarkan prinsip serba guna atau rumah yang dikembangkan oleh lembaga penampungan orang usia lanjut.
- Tingkat kegaduhan harus dikontrol, terutama di waktu malam hari. Hal ini dapat dilakukan dengan cara mendesain kamar untuk tidur terletak di bagian yang sepi dari rumah atau apartemen ini.
- Orang usia lanjut sebaiknya mempunyai perabot rumah tangga yang tidak terlalu menguras tenaga, terutama perabot masak memasak, mesin cuci piring, dan mesin pencuci pakaian.
- Ruangan untuk duduk-duduk sebaiknya ada pada lantai pertama agar dapat dihindari dari kemungkinan jatuh dari tangga.

b. Kebutuhan Psikologis

- Orang tua, lanjut sebaiknya paling tidak mempunyai satu ruang

kecil pribadi sehingga mereka dapat merahasiakan hal-hal yang bersifat pribadi.

- Pengaturan pola hidup sebaiknya termasuk pengaturan terhadap ruangan yang dapat dimanfaatkan untuk rekreasi dengan duduk berjam-jam, seperti membaca koran dan menonton TV.
- Mereka sebaiknya punya tempat untuk menyimpan barang-barang berharga miliknya.
- Orang usia lanjut sebaiknya tinggal dekat dengan toko dan organisasi masyarakat sehingga mereka dapat bebas dalam menentukan waktu dan jenis kegiatan.
- Orang usia lanjut sebaiknya tinggal dekat dengan kerabat keluarga dan teman-teman, sehingga memungkinkan mereka untuk lebih sering berkomunikasi dengannya.
- Tersedia sarana transportasi ke berbagai pusat perbelanjaan, berbagai tempat rekreasi dan hiburan, perawatan rambut dan masjid.

63. Beberapa Keuntungan dan Kerugian Apabila Tinggal di Panti Jompo

a. Kerugiannya

- Lebih mahal daripada tinggal di rumah sendiri.
- Seperti halnya semua makanan di panti jompo, biasanya kurang menarik daripada masakan rumah sendiri.
- Pilihan makanan terbatas dan sering kali diulang-ulang.
- Berhubungan dekat dan menetap dengan beberapa orang yang tidak menyenangkan.
- Letaknya sering kali jauh dari tempat pertokoan, hiburan, dan organisasi masyarakat.
- Tempat tinggalnya cenderung lebih kecil daripada rumah yang dahulu.

b. Keuntungannya

- Perawatan dan perbaikan panti dan perlengkapannya dikerjakan oleh suatu lembaga.
- Semua makanan mudah didapat dengan biaya yang memadai.
- Perabot dibuat untuk rekreasi dan hiburan.
- Terdapat kemungkinan untuk berhubungan dengan teman seusia yang mempunyai minat dan kemampuan yang sama.
- Kesempatan yang besar untuk dapat diterima secara temporer oleh teman seusia daripada dengan orang yang lebih muda.
- Menghilangkan kesepian karena orang-orang disini dapat dijadikan teman.
- Perayaan hari libur bagi mereka yang tidak mempunyai keluarga tersedia di sini.
- Ada kesempatan untuk berprestasi di masa lalu, kesempatan semacam ini tidak mungkin terjadi dalam kelompok orang-orang muda.

64. Risiko Keluarga dan Pekerjaan bagi Orang Usia Lanjut

Karena pentingnya faktor keluarga dan pekerjaan bagi orang usia lanjut, maka segala hal yang menghambat penyesuaian terhadap kedua faktor ini dapat diartikan sebagai bahaya atau risiko potensial dalam penyesuaian pribadi dan sosial. Bahkan dapat disebut faktor risiko yang lebih penting karena fakta menunjukkan bahwa risiko dari kehidupan keluarga dan pekerjaan meningkat seperti cakrawala sosial dan menyempitnya ruang gerak orang usia lanjut, serta konsentrasi minat mereka terhadap keluarga dan pekerjaan meningkat. Adapun risiko yang berhubung dengan setiap usia selama masa hidup, seperti yang telah dijelaskan berkali-kali, bahwa perbedaan antara risiko usia lanjut dan mereka yang usia muda, ialah usia lanjut mempunyai kontrol yang kecil bahkan tidak mempunyai kontrol terhadap berbagai kondisi, yang bertanggung jawab terhadap risiko ini. Misalnya, orang usia muda yang merasa pernikahannya belum dianggap lengkap sebelum punya anak, dapat mengontrol situasi apa-

bila mereka memperoleh anak dari perkawinannya atau dari adopsi. Orang usia lanjut sebaliknya, tidak dapat mengontrol apa yang dikerjakan oleh anak-anaknya, di mana mereka tinggal, dan bagaimana mereka akan memperlakukan orang tua mereka yang telah usia lanjut. Mereka juga mempunyai kontrol yang cukup kuat terhadap perasaan atau tekanan sosial dan tanggung jawab terhadap anak-anak mereka, baik anak laki-laki maupun perempuan, kontrol semacam ini cukup kuat untuk membuat anak yang telah dewasa secara sukarela menawarkan tempat pada orang tuanya untuk tinggal di rumahnya. Begitu juga kesehatan yang buruk atau kemampuan ekonomi yang terbatas, menjadikan orang usia lanjut tidak mungkin untuk terus tetap tinggal di rumah mereka sendiri. Karena kondisi semacam ini meningkatkan risiko kehidupan keluarga dan pekerjaan orang usia lanjut, maka mereka biasanya ada di luar kontrol individual dan karena penyesuaian terhadap bidang-bidang seperti ini justru lebih penting dibanding kepuasan dan kebahagiaan pada masa usia lanjut dan penyesuaian pribadi dan sosial yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, maka mereka mungkin menganggap hal ini sebagai risiko yang besar pada periode tersebut.

Risiko pekerjaan bagi orang usia lanjut antara lain:

- Larangan untuk bekerja.
- Masa pensiun,

65. Kondisi yang Meningkatkan Keseriusan Pengangguran pada Usia Lanjut

- Jenis Pekerjaan.
- Pekerjaan baru versus pergeseran pekerjaan.
- Perlunya pelatihan kembali.
- Status kelompok minoritas.

66. Sumber Pengganti Umum Kepuasan Seksual pada Usia Lanjut

- Masturbasi.
- Mimpi erotis dan khayalan.

- Berpikir tentang seks.
- Gejolak seksual yang tak terkendali.

67. Penilaian Terhadap Penyesuaian Diri pada Usia Lanjut

Terdapat berbagai kriteria yang dapat dipakai untuk menilai jenis penyesuaian yang dilakukan oleh orang-orang usia lanjut, empat di antaranya dianggap paling berguna, empat kriteria ini antara lain:

- Kualitas pola perilaku.
- Perubahan-perubahan dalam tingkah laku emosional.
- Perubahan-perubahan pada kepribadian.
- Kepuasan atau kebahagiaan dalam hidup.

68. Beberapa faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri dengan usia lanjut

- Persiapan untuk hari tua.
- Pengalaman masa lampau.
- Kepuasan dari kebutuhan.
- Kenangan akan persahabatan lama.
- Anak-anak yang telah dewasa.
- Sikap sosial.
- Sikap pribadi.
- Metode penyesuaian diri.
- Kondisi fisik.
- Kondisi hidup.
- Kondisi ekonomi.

69. Tanda-tanda Penyesuaian yang Baik dan Buruk pada Usia Lanjut

a. Penyesuaian yang Baik

- Minat yang kuat dan beragam.
- Kemandirian dalam hal ekonomi, yang memungkinkan untuk hidup mandiri.
- Melakukan banyak hubungan sosial dengan segala umur, tidak

terbatas dengan orang-orang berusia lanjut saja.

- Kenikmatan kerja yang menyenangkan dan bermanfaat tetapi tidak memerlukan banyak biaya.
- Berpartisipasi dalam organisasi kemasyarakatan.
- Kemampuan untuk memelihara rumah yang menyenangkan tanpa mengerahkan banyak tenaga fisik.
- Kemampuan untuk menikmati berbagai kegiatan saat ini tanpa menyesali masa lampau.
- Mengurangi kecemasan terhadap diri sendiri maupun orang lain.
- Menikmati kegiatan dari hari ke hari meskipun aktivitas ini mungkin sifatnya berulang-ulang.
- Menghindari kritik dari orang lain, terutama dari generasi yang lebih muda.
- Menghindari kesalahan-kesalahan, khususnya tentang kondisi tempat tinggal dan perlakuan dari orang lain.

b. Penyesuaian yang Buruk

- Sedikit berminat pada keadaan lingkungan saat ini, atau peranan pribadinya dalam dunianya kecil.
- Menarik diri ke dalam dunia khayalan.
- Selalu mengenang masa lalu.
- Selalu cemas, didorong oleh perasaan menganggur.
- Kurang semangat, mengarah pada produktivitas yang rendah dalam segala bidang.
- Bersikap bahwa segala aktivitas ini membuang waktu.
- Merasa kesepian sebagai akibat dari kekakuan hubungan dalam keluarga dan kurang berminat dalam kehidupan saat ini.
- Secara tidak sengaja tinggal di panti wreda/jompo atau dengan anak yang telah dewasa.
- Selalu mengeluh dan mengkritik terhadap sesuatu.
- Menolak ikut serta dalam kegiatan orang-orang usia lanjut dengan alasan bahwa mereka membosankan.

KESIMPULAN

Usia tua merupakan masa yang paling sulit dalam rentang kehidupan. Pada masa usia tua membangun dan mempertahankan suatu standar hidup yang menyenangkan telah menjadi semakin sulit. Penyesuaian terhadap perubahan pola keluarga juga sama sulitnya. Untuk berperan sebagai penasihat anak-anak yang hampir dewasa atau yang mengawasinya, juga tidak gampang menyesuaikan diri. Penyesuaian diri terhadap pekerjaan dan keluarga bagi usia tua ialah sulit karena hambatan ekonomis yang dewasa ini sangat memainkan peran penting ketimbang masa sebelumnya.

SARAN

Usia tua adalah usia yang penuh dengan tantangan, sehingga diharapkan akan ada lebih banyak lagi penelitian-penelitian terhadap usia tua di zaman sekarang ini.

BAB 11

ASPEK-ASPEK PENDUKUNG PADA PERKEMBANGAN PENDIDIKAN ANAK

MOTIVASI BELAJAR

Keterikatan untuk menulis dari pengalaman yang sangat berarti bagi penulis yang terjadi pada sebuah keluarga. Bermula dari kemanjaan dan kemalasan yang terus dibiarkan merambah sampai saat ini. Apapun yang diperintah orangtuanya tidak mau didengar dan dijalankan. Apalagi untuk belajar bahkan untuk keperluan pribadi seperti makan, mandi pun masih harus dilayani. Sifat ini bermula saat dia masih kecil (usia prasekolah), anak ini jatuh pada orang yang tidak bisa mengasuh anak dengan baik. Sifat manjanya yang over membuat keluarganya kalang kabut untuk memberinya peringatan.

Memang tidak salah kalau seorang anak merupakan buah hati, belahan jiwa yang paling dibanggakan orang tuanya. Bahkan masa depan, kebahagiaan, keceriaan, dan kesenangannya merupakan senjata ampuh bagi orang tuanya. Begitu juga sebaliknya. Kesedihan anaknya merupakan luka yang dalam dan melebar bak mengidap diabetes. Merupakan bencana besar yang menimpa kebahagiaan orang tuanya. Tak satu pun orang tua munafik akan keberhasilan yang diharapkan ini tumbuh pada anaknya. Semua orang tua memiliki asa dan cita-cita yang luhur untuk anaknya. Harapan mereka hanyalah keberhasilan yang dapat mengangkat derajat dan martabat keluarga. Di dunia ini tidak ada satu pun makhluk hidup yang mengharapkan kegagalan dalam hidupnya.

Memberikan kasih sayang kepada anak memanglah tanggung jawab orang tua terhadap buah hati. Akan tetapi, kasih sayang yang berlebihan akan menimbulkan dampak negatif untuk parkembangan anak dari segi sifat, sosial, dan masih banyak lagi. Sifat manja yang terlalu berlebih dan lama akan menimbulkan rasa malas pada anak untuk mandiri, sehingga anak takut untuk mencoba hal-hal yang baru. Sifat manja pada anak ini akan terus berlangsung hingga dewasa.

Sebagai orang tua, kita memiliki tanggung jawab untuk membantu mengatasi dan memecahkan permasalahan yang dialami oleh anak-anak pada usia prasekolah, salah satunya yaitu permasalahan dalam hal belajar. Karena belajar merupakan alat untuk mencapai masa depan yang baik. Di dalam dunia belajar, anak-anak pada umumnya malas untuk melakukan aktivitas belajar, hanya sebagian saja anak-anak yang mau melakukan aktivitas belajar dengan baik dan tekun.

Belajar bukanlah aktivitas yang menyenangkan, belajar tak seindah bermain, belajar tak secantik barbie, belajar bukanlah mobil-mobilan, belajar tak semanis permen gulali, dan belajar bukan es krim lembut berasa cokelat. Lalu apa itu belajar?

Bagi anak-anak, belajar merupakan aktifitas yang menjenuhkan, belajar seperti monster dalam buku dongeng, belajar bukan sesuatu yang menyenangkan, yang dapat dinikmati dan dirasakan seperti kelezatan es krim. Sebagaimana yang terjadi pada anak-anak usia prasekolah lainnya yang cenderung lebih memilih dunia bermain ketimbang belajar. Mereka lebih suka menghabiskan waktu mereka untuk bermain bersama teman-temannya. Mereka begitu menikati permainan-permainan yang mereka jalani. Bila mereka telah bermain, mereka bisa lupa akan hal-hal penting untuk dilakukan seperti mandi, makan, dan bahkan untuk tidur pun mereka susah sekali.

Bermain sebenarnya bukanlah aktivitas yang buruk untuk dilakukan anak-anak, pada umumnya usia mereka (prasekolah) memanglah usia bermain. Mereka tidak akan pernah rela meninggalkan dunia mereka. Sesungguhnya dari bermain dan permainan itulah anak-anak dapat mempelajari banyak hal di antaranya yaitu belajar

menyayangi sesama teman. Mulai mengetahui berbagai macam tentang alam. Oleh karena itu, kita sebagai orang tua tidak boleh melarang anaknya untuk melakukan penemuan-penemuan baru, karena bermain merupakan cara lain untuk belajar.

Belajar pada usia prasekolah tidak harus secara akademik, teratur, dan sistematis. Akan tetapi, mereka dapat melakukan belajar sambil bermain. Bercanda bahkan bercerita. Sebagai seorang pendidik tidak seharusnya menciptakan ruangan yang kaku, tidak kondusif dan bersahabat, serta dapat memupuk rasa malas untuk terus belajar dan mempelajari hal-hal baru.

Dorongan-dorongan serta motivasi sangat dibutuhkan bagi mereka yang harus diberikan secara total dan tidak hanya sebatas ucapan saja tetapi dapat berupa sentuhan kasih sayang yang mampu membangkitkan semangat belajar anak-anak. Peran orang tua sangatlah penting untuk membantu dan membentuk semangat yang tinggi. Orang tua dan guru dapat menciptakan suatu ruang belajar yang menenangkan dan menciptakan permainan yang dapat memberikan tambahan pengetahuan untuk anak mereka. Diharapkan dalam suatu permainan dan bermain anak tidak hanya mendapat suatu kesenangan belaka tetapi anak juga mendapatkan pelajaran yang memang harus didapatkannya.

Memberi dorongan semangat serta motivasi dapat membangun rasa percaya diri anak, menumbuhkan semangat yang tinggi, dan membuat anak mau melakukan aktivitas belajar dengan baik dan terkontrol. Guru juga harus mengerti dan tahu apa diinginkan oleh anak didiknya. Belajar seperti apa yang mereka mau dan membuat mereka nyaman. Motivasilah mereka dengan terus-menerus hingga mereka mampu mencapai apa yang diharapkan dan dicita-citakan. Lalu apa yang dapat kita lakukan untuk memotivasi mereka? Apapun jenis kecerdasan yang ingin dibangun pada diri anak. Nomor satu yang harus dilakukan ialah memberi mereka dorongan dan memotivasinya. Motivasi bukan berarti menghukum dan mengekang anak yang akan dicetak sebagai penerus masa depan dan pemimpin bangsa. Sebenarnya membuat anak senang dan semangat untuk belajar itu telah

membantu untuk kemajuan bangsa dengan menciptakan anak-anak yang produktif, kreatif, jenius, serta mandiri.

Kita tidak dapat melihat motif seseorang secara langsung. Kita hanya dapat menduga adanya motif dengan mencoba mengetahui perasaan dan perilaku yang ditunjukkan seseorang. Dengan kata lain, motivasi merupakan dugaan-dugaan dari perilaku (sesuatu yang dikatakan dan dikerjakan seseorang).

Jika dugaan tentang motivasi ialah benar, maka kita memiliki alat yang kuat untuk menjelaskan perilaku. Bahkan sebagian besar dari perilaku kita sehari-hari dipandang sebagai gambaran motivasi. Orang yang memahami motif, akan memahami pula, kenapa seseorang berbuat.

Motif juga membantu kita untuk meramalkan suatu perilaku. Jika kita memahami motif seseorang secara tepat, maka sebenarnya kita akan dapat meramalkan tentang perilaku orang ini di kemudian hari. Ini dapat dimengerti karena pada kenyataannya keberadaan perilaku seseorang (apa yang diperbuat dan bagaimana kualitasnya) akan sangat banyak ditentukan oleh bagaimana motif yang melatarbelakanginya.

Motivasi adalah suatu dorongan yang diberikan oleh orang lain untuk mencapai tujuannya. Motivasi belajar pada anak usia prasekolah adalah suatu dorongan yang diberikan penuh kasih sayang guna untuk membangkitkan semangat anak untuk melakukan belajar tanpa adanya suatu paksaan sehingga anak mampu belajar dan berpikir aktif dan kreatif.

Motivasi yang ada dalam diri manusia yaitu suatu kemampuan atau faktor yang terdapat dalam diri manusia untuk menimbulkan, mengarahkan, dan mengorganisasikan tingkah lakunya. Adapun kata motif adalah suatu alasan atau dorongan yang menyebabkan seseorang berbuat sesuatu atau melakukan suatu tindakan tertentu. Motivasi juga dapat dikatakan sebagai suatu tindakan atau kondisi yang timbul dari dalam diri seseorang, dengan begitu motivasi dapat memberikan inspirasi agar seseorang mau melakukan kegiatan.

Motivasi digolongkan dua jenis yaitu intrinsik dan ekstrinsik.

Motivasi intrinsik, yaitu motivasi yang lahir dari dalam diri manusia yang berupa dorongan yang kuat yang keluar dari dalam dirinya dan memberikan suatu kemampuan untuk melakukan pekerjaan tanpa adanya suatu kepaksaan.

Motivasi ekstrinsik, yaitu motivasi yang tumbuh karena adanya dorongan dari luar yang diberikan oleh orang tua, guru, dan juga masyarakat. Motivasi ini cenderung dialami oleh anak-anak karena mereka sangat membutuhkan bimbingan dari luar, sehingga peranan orang tua guru sangat penting untuk kemajuan anak.

Kedua jenis motivasi tersebut sangat bertolak belakang. Akan tetapi, dengan mengetahui jenis-jenis motivasi orang tua dan guru tidak akan salah menerapkan motivasi anak-anak mereka.

Suatu inspirasi dan dorongan yang diberikan orang tuanya untuk anak merupakan motivasi. Agar anak mau belajar tanpa adanya paksaan, maka motivasi dapat digunakan sebagai senjata untuk membangkitkan semangat belajar pada anak. Motivasi tidak hanya berupa pada dorongan saja tetapi dapat berbentuk sentuhan-sentuhan anak.

Dalam disiplin ilmu psikologi, motivasi mengacu pada konsep yang digunakan untuk menerangkan kekuatan-kekuatan yang ada dan bekerja pada organisme dan individu tersebut. Dalam buku *Motivasi Teori dan Penelitiny*a dijelaskan bahwa setiap makhluk hidup pasti akan termotivasi untuk melakukan suatu kegiatan dan mereka memaknai kegiatan ini dengan dukungan dan dorongan yang menguatkan sehingga mereka akan merasa percaya diri untuk melakukan pekerjaan ini.

Motivasi tidak hanya mengacu pada beberapa hal saja atau kegiatan saja, akan tetapi motivasi memasuki beberapa aspek yang dilakukan oleh makhluk hidup baik individu maupun kelompok. Dengan termotivasinya seseorang, maka ia akan dengan mudahnya terpanggil untuk melakukan kegiatan yang telah menjadi suatu kewajibannya itu. Akan tetapi, motivasi bukanlah suatu kekuatan yang kebal dan netral terhadap faktor-faktor yang lain dalam hal belajar.

Dalam hal belajar, motivasi adalah suatu kondisi yang mendorong anak untuk melakukan belajar guna meningkatkan mutu belajar dengan baik. Penemuan-penemuan menunjukkan bahwa pada umumnya hasil belajar meningkat jika motivasi belajar meningkat pula. Hal ini dipertegas dengan banyaknya bakat anak yang tidak terkembang karena tidak diperolehnya motivasi belajar yang harus di dapatnya dari guru, orang tua, dan lingkungan sekitar.

A. Fungsi Motivasi

Guru dan orang tua merupakan motivator untuk anak dan muridnya. Oleh karena itu, guru harus memikirkan bagaimana cara mendorong siswanya agar terus melakukan usaha yang efektif untuk mencapai tujuan belajar. Motivasi sangat bermanfaat untuk anak, orang tua, guru, dan juga masyarakat. Jadi, motivasi ialah sifatnya globa,l selain bermanfaat motivasi juga berfungsi pada umumnya yaitu:

1. Mendorong timbulnya kelakuan atau suatu perbuatan.
2. Mengarahkan perbuatan pada pencapaian tujuan yang diharapkan.
3. Menggerakkan cepat atau lambatnya pekerjaan seseorang.

B. Kiat-kiat Motivasi

Sebenarnya anak-anak memiliki motivasi berperilaku baik bekerja keras dan belajar untuk menuntut ilmu, namun demikian tidak semua anak termotivasi dengan baik hingga berperilaku dengan baik, oleh karena itu memberi motivasi kepada anak-anak agar berperilaku dengan baik ini sangat diperlukan. Berikut ini merupakan kiat-kiat untuk memotivasi anak.

1. Kenali Ciri-cirinya

Sebagai orang tua, Anda hendaknya mengerti dan memahami bahwa naik turunnya semangat belajar anak serta motivasi anak Anda di tentukan oleh banyak faktor di antaranya:

- Lingkungan rumah.

- Lingkungan sekolah.
- Lingkungan masyarakat.
- Teman sebayanya.

Oleh karena itu, orang tua harus mengetahui ciri-ciri menurunnya semangat dan motivasi belajar anak yang ditunjukkan dengan berbagai perilaku seperti:

- Anak terlihat malas belajar.
- Anak terlihat malas berangkat sekolah.
- Perhatiannya lebih tertuju pada sesuatu yang berseberangan dengan tugas belajarnya contoh: menonton televisi,bermain *video game*, dan masih banyak lagi.
- Nilai-nilainya lebih cenderung menurun.

Seandainya Anda mendapati ciri-ciri tersebut pada anak Anda, jangan ragu untuk membangkitkan semangat belajar anak Anda.

2. Ciptakan Suasana Sehat dalam Keluarga

Suasana keluarga sangat berpengaruh pada motivasi dan semangat belajar anak. Inilah faktor yang paling tepat dengan kehidupan anak, yang akan secara langsung mempengaruhi motivasi dan semangat belajar anak. Suasana yang amburadul yang sering ditemui anak akan menyebabkan motivasi dan semangat belajarnya amburadul juga. Oleh karena itu, ciptakanlah keluarga yang sehat dengan suasana yang sehat seperti itu, maka anak akan merasa betah, senang, dan nyaman tinggal di rumahnya, perasaan senangnya ini akan terus di rasakan di saat belajar.

3. Tekankan Keberhasilan

Adakalanya anak mengalami kegagalan dalam masa pendidikannya bahkan ia akan mengalami kegagalan yang berulang-ulang akan tetapi dengan kegagalan yang berulang-ulang ini dapat menjadi percaya diri anak menurun dan ia akan merasa tidak berhasil untuk melakukan sesuatu sehingga motivasi belajar anak pun menurun.

Selaku orang tua, sebaiknya meningkatkan kembali rasa percaya diri yang hilang dari anak dan juga memberikan pengertian dengan berulang-ulang. Sehingga anak dapat memahami dan dapat menerima kegagalan itu agar anak mau membangkitkan motivasinya lagi.

4. Caci Maki Itu Menyakitkan

Tidak sedikit orang tua merasa kesal dan marah mendapati kenyataan bahwa anaknya tidak mampu mengikuti program sekolah dan mengerjakan tugas yang dianggap orang tua lebih mudah untuk dikerjakan. Tidak jarang orang tua mengeluarkan caci maki dan umpatan sehingga anak merasa minder dan kehilangan rasa percaya dirinya.

Namun demikian, membangkitkan motivasi anak tidak harus melalui celaan atau dampratan itu bukanlah cara yang bijaksana.

5. Tentukan Prioritas Utama

Anak-anak tetaplah anak, yang menyukai sebuah permainan karena dunia mereka ialah dunia bermain. Mereka memiliki rasa malas belajar karena bagi mereka belajar merupakan sesuatu yang serius yang bertolak belakang dengan dunia mereka.

Sebagai orang tua, Anda dituntut untuk bijaksana. Anda harus mengerti dan juga memahami kehidupan anak, namun karena Anda sangat memahami, maka Anda sangat menginginkan keberhasilan pada anak Anda. Oleh karena itu, menuntut ilmu merupakan keharusan yang wajib dilakukan oleh anak Anda, mau tidak mau Anda harus bersifat kompromitas, memadukan keinginan anak dengan keinginan Anda.

C. Beberapa Teori Motivasi

1. Teori Dorongan (Drive Theory)

Teori ini digambarkan sebagai teori dorongan motivasi. Bahwa perilaku manusia (dan hewan) didorong ke suatu tujuan tertentu oleh suatu dorongan yang ada dalam diri. Secara umum, teori ini me-

nyatakan bahwa jika pendorong (*driving state*) dari dalam digerakkan, maka individu akan didorong untuk melakukan tindakan-tindakan yang menuju ke (mencapai) suatu tujuan, di mana kemudian manusia akan merasakan kesenangan atau kepuasan. Dengan demikian, motivasi meliputi:

(1) Adanya pendorong.

(2) Tingkah laku yang mengarah ke tujuan.

(3) Pencapaian tujuan.

(4) Berkurangnya keadaan dorongan dan tercapainya kepuasan subjektif.

Proses ini terus berulang, sehingga dinamakan sebagai siklus motivasi (*motivational cycle*).

2. Teori-teori Insentif (Incentive Theories)

Ide dasar dari teori ini bahwa seseorang akan melakukan suatu tindakan/perilaku apabila diberikan kepadanya suatu stimulus yang dapat memberikan kesenangan atau memuaskan dirinya. Teori insentif merupakan teori penarik (*pull theory*) dari motivasi, yaitu adanya objek-objek tujuan (stimulus) yang menarik individu untuk berbuat. Objek tujuan ini, dinamakan insentif. Tentu ini merupakan kebalikan dari teori dorongan. Suatu yang penting dari teori ini ia-lah individu akan cenderung (mengharapkan) adanya suatu stimulus yang menyenangkan yang kita sebut sebagai insentif positif, dan cenderung menghindari adanya insentif negatif. Dalam dunia kerja dewasa ini, tampaknya motivasi lebih banyak ditekankan pada insentif yang diharapkan daripada dorongan. Misalnya: upah, gaji, bonus, liburan.

3. Opponent-Process Theory

Pandangan hedonistik mengenai motivasi mengatakan bahwa manusia akan termotivasi untuk melakukan perbuatan untuk mencapai tujuan yang dapat memberinya perasaan emosi yang menyenangkan dan menghindari ketidakbahagiaan. Teori proses lawan ini mendasarkan pada pandangan tersebut. Teori ini mempunyai cara-

cara yang menarik dalam menjelaskan apa itu kesenangan dan ketidaksenangan.

Karena itulah, teori ini digolongkan sebagai teori emosi. Dasar dari teori ini ialah motivasi emosional akan diikuti oleh keadaan-keadaan sebaliknya. Sebagai contoh, perasaan senang dan bahagia mengikuti perasaan sedih dan takut.

4. Teori Tingkat Optimal (Optimal-Level Theory)

Secara umum, teori ini merupakan teori hedonistik yang mengatakan bahwa terdapat suatu tingkat kesenangan yang optiamal atau terbaik. Teori ini disebut juga sebagai "*just-right theory*".

Individu termotivasi untuk berperilaku sedemikian rupa untuk mempertahankan tingkat optimal tersebut. Sebagai contoh, jika tingkat kesibukan terlalu rendah orang akan mencari situasi untuk meningkatkan kesibukan, dan jika kesibukan terlalu tinggi dia akan melakukan tindakan untuk menurunkannya.

D. Teori dari Beberapa Tokoh Psikologi

Di dalam kalangan para ahli teoritis muncul berbagai macam tentang motivasi. Masing-masing ahli memberikan keterangan tentang teori motivasi dengan titik berat masing-masing sesuai dengan ilmu yang mereka miliki dan penelitian yang selama ini mereka lakukan. Meskipun teori mereka berbeda, akan tetapi ada sedikit kesamaan di antara ilmuwan yang satu dengan yang lain. Persamaan tentang pendapat mereka dalam teori motivasi dapat disimpulkan sebagai berikut:

> *"Suatu tenaga atau faktor yang terdapat pada diri manusia yang menimbulkan, mengarahkan, dan mengorganisasikan tingkah lakunya."*

Adapun beberapa tokoh dan para ahli teori motivasi tersebut.

1. Teori dari McDonald

McDonald Mengatakan bahwa: *Motivation is a energy change with in the person characterized by affective a rousal and antisipatory goal re-*

action. Motivasi adalah satu perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan timbulnya efektif (perasaan) dan reaksi untuk mencapai tujuan.

Dari teori MCDonal di atas dapat disimpulkan bahwa perubahan energi yang terjadi pada diri manusia itu berbentuk suatu aktivitas nyata berupa kegiatan fisik, di mana manusia dapat mengembangkan motovasinya melalui kegiatan-kegiatan fisik yang positif dan melahirkan suatu rasa percaya diri pada manusia.

Dalam diri manusia memiliki suatu energi yang dapat berkembang bahkan dapat terjadi pasang surut seperti halnya air laut dengan energi yang kuat. Seseorang akan memiliki motivasi yang kuat pula untuk membangkitkan suatu keinginan yang kemungkinan besar dapat ia capai dengan adanya energi yang kuat untuk menggapai apa yang dia mau.

2. Teori dari Locke Hume dan Hobbes

Ketiga tokoh di atas ialah pendukung dari teori Hedonitis. Teori ini mengatakan bahwa segala perbuatan manusia entah didasari ataupun tidak disadari, entah itu timbul dari kekuatan pada dasarnya mempunyai tujuan yang satu yaitu mencari hal-hal yang menyakitkan.

Bila dicerna dan diamati teori di atas dapat disimpulkan bahwa seseorang melakukan segala hal baik dalam keadaan sadar maupun tidak sadar mereka hanya bertujuan satu yaitu hanya kesenangan yang diburu.

Jika dikaitkan dengan motivasi dapat disimpulkan bahwa tindakan yang dilakukan oleh manusia antisipasi atau ekspektasi seseorang terhadap objek atau rangsangan yang telah dihadapkannya memberi stimulus atau rangsangan terhadap orang lain dapat menimbulkan keinginan atau harapan agar lebih baik dan lebih menyenangkan. Dalam menimbulkan rasa bahagia untuk melakukan pekerjaan, kita harus memiliki rasa dan perasaan yang senang dan bahagia dengan mudah kita dapat mengerjakan sesuatu yang diharapkan dengan puas.

3. Teori dari Sigmund Freud

Sigmund Freud seorang psikonalistis yang sangat tersohor, mengatakan bahwa tingkah laku manusia ditentukan oleh dua kekuatan dasar yaitu: insting kehidupan dan insting kematian.

Menurut Freud, setiap manusia memiliki kekuatan bawaan dalam dirinya dan kekuatan inilah yang menyebabkan dan mengarahkan tingkah laku manusia sehingga dengan kekuatan yang ada dalam dirinya itu, maka timbul dan lahirlah motivasi yang dapat membangkitkan semangat.

Kehidupan yang dijalani oleh manusia selalu diiringi dengan perasaan atau insting. Adapun menurut Freud, insting manusia itu dibagi menjadi dua yaitu insting kematian dan kehidupan. Kedua insting itu sangat bertentangan tetapi keduanya memiliki kekuatan masing-masing seperti insting kematian yang memiliki kekuatan ke arah kehancuran

Berdasarkan kekuatan dasar tersebut Freud, membagi manusia menjadi dua motif yaitu seksual dan menyerang, misalnya seorang anak yang diberikan rangsangan pada bagian sensitif seperti rangsangan pada otak, maka anak akan merasa senang. Akan tetapi, bila anak mendapat rangsangan buruk, maka ia akan mengamuk. Dari bukti-bukti ini dapat disimpulkan bahwa insting kematian timbul dalam diri manusia dari dia masih kecil.

4. Teori dari Abraham Maslow

Menurut Abraham Maslow tentang motivasi bahwa manusia memiliki tujuh hierarki motif berikut:

a. Kebutuhan fisiologis antara lain, udara, makan, minum, air, tidur, dan seks.
b. Kebutuhan rasa aman dan keselamatan ialah merasa aman dan terlindungi jauh dari bahaya.
c. Kebutuhan cinta dan rasa memiliki.
d. Kebutuhan akan penghargaan meliputi prestasi mendapatkan dukungan dan pengakuan.

e. Kebutuhan kognitif seperti berupaya mengetahui, menjelajah.
f. Kebutuhan estetik berupa keserasian, keteraturan, dan keindahan.
g. Kebutuhan aktualisasi.

Teori di atas memberi gambaran bahwa seseorang atau semua orang memiliki motivasi masing-masing di mana dia dapat melihat sesuatu yang mampu membangkitkan minatnya sejauh dia memandang masa depannya yang sangat berkaitan erat dengan dirinya.

Contoh dalam teori di atas yaitu seorang anak yang melakukan aktivitas secara beruntun tanpa memiliki atau mendapat motivasi dari luar dirinya berarti dia telah memiliki motivasi intrinsik yang sangat penting bagi aktivitas belajar dalam dirinya tanpa harus ada dorongan dari luar. Nnamun bila seorang anak tidak memiliki dorongan atau hasrat belajar dari dalam dirinya berarti dia tidak memiliki motivasi intrinsik. Oleh karena itu, dia sangat membutuhkan motivasi ekstrinsik dan sangat dibutuhkan bagi anak yang tidak memiliki motivasi intrinsik untuk membangkitkan semangat belajar yang telah hilang.

5. Teori dari Tyson and Carroll

Teori Tyson and Carroll (1970) mengatakan: *One of the most Comman problems encountered by teacher the involves motivating the student to learn too frequently the teacher finds himself confronted with a student who will not becoman active participant in the protes or education who will not enter the arena of learning and engage in the instructional dialogue and who will not focus his mind on the problem or gool under counsideration in the classroom, such a student merits the teacher's concern to the degree that a student is motivated to learn it is likely that he will learn by the same token to the degree that a student is not motivated to learn it is unlikely he will do so*. Kenyataannya ada di antara anak didik yang tidak termotivasi untuk belajar atau tidak terlibat secara aktif dalam kegiatan pengajaran di kelas. Sebagian besar anak didik aktif dalam belajar bersama dan sebagian kecil anak didik dengan berbagai sikap dan perilaku yang terlepas dari kegiatan belajar di kelas. Kedua kegiatan anak didik yang berbeda ini sebagai gambaran suasana kelas

yang kurang kondusif. Guru tidak harus tinggal diam bila ada anak didik yang tidak terlibat secara langsung dalam belajar bersama, perhatian harus lebih diarahkan kepada mereka, usaha perbaikan harus segera dilakukan agar mereka bergairah dalam belajar.

Dalam mendidik dan menciptakan penerus bangsa yang baik dan terarah itu ternyata tidak mudah. Dalam mencetak anak didik, seorang guru tidak harus terfokus pada salah satu murid yang bermasalah saja tetapi seorang guru wajib memerhatikan anak muridnya yang ada di sekolah TK tersebut. Selain itu, motivasi harus diberikan ke seluruh murid agar tidak ada kesenjangan sosial dalam kehidupan dan suasana belajar mereka. Oleh karena itu, ciptakanlah suasana kelas yang aman, nyaman, dan kelas yang kondusif agar mereka dapat menerima rangsangan belajar dengan baik.

E. Motivasi Biologis

Termasuk dalam motif biologis ini di antaranya: Rasa lapar, haus, dorongan sek, pengaturan suhu, tidur, menghindari sakit, dan kebutuhan oksigen.

1. Timbulnya Motivasi Biologis

Banyak motivasi biologis yang ditimbulkan oleh adanya penyimpangan dari kondisi tubuh yang seimbang. Tubuh cenderung untuk mempertahankan kondisi seimbang (yang disebut sebagai homeostatis) pada proses fisiologi internal. Keseimbangan ini sangat penting dalam kehidupan, misalnya temperatur badan tidak terlalu tinggi dan tidak terlalu rendah, tersedia jumlah air yang cukup/berimbang dalam tubuh.

Banyak mekanisme-mekanisme otomatis yang mempertahankan kondisi seimbang. Mekanisme fisiologis ini ditambah dengan tingkah laku bermotif. Sebagai contoh, keadaan temperatur tubuh yang rendah akan memotivasi tindakan untuk memanaskan badan, menutup jendela, dan berselimut. Jadi, timbulnya motivasi biologis disebabkan karena adanya ketidakseimbangan dalam tubuh.

Keadaan hormon tertentu dalam tubuh juga dapat menimbulkan motivasi biologis, misalnya: pada binatang dorongan seksual terkait dengan keadaan taraf hormon. Adapun pada manusia, stimulus sensoris lebih berperan dalam hal ini.

2. Motif Lapar

Apa yang menyebabkan motivasi rasa lapar dan bagaimana berhentinya. Jawabannya tidak mudah, karena mencakup banyak faktor yang mempengaruhinya. Percobaan telah menunjukkan bahwa penyebab motif lapar karena kontraksi dalam perut. Jika perut kosong, maka terjadi kontraksi, dan kontraksi inilah yang merupa-kan tanda lapar. Akan tetapi, motivasi lapar tidak hanya ditentukan/disebabkan oleh faktor internal (kontraksi perut), tetapi juga dapat disebabkan oleh faktor ekternal misalnya bau aroma makanan yang lezat yang merangsang rasa lapar.

3. Motivasi Rasa Haus

Apa yang membuat kita minum? Apakah untuk membasahi bibir yang kering atau untuk mencicipi rasa minuman yang enak. Motivasi rasa haus dapat disebabkan oleh dua kondisi dalam tubuh, *pertama,* karena kekurangan air pada sel-sel tubuh, *kedua,* karena berkurangnya volume darah. Oleh karena itu, kita minum sebenarnya ialah untuk membangun sel-sel dan mengembalikan volume darah kepada tingkat yang seimbang. Kapan kita berhenti minum? Minum akan berhenti jauh sebelum keseimbangan air dalam tubuh terpenuhi. Oleh karena itu, ada semacam mekanisme monitor pada mulut, perut, atau usus yang menunjukkan kebutuhan akan air telah cukup terpenuhi.

4. Motivasi Seksual

Karena seks merupakan bagian dari proses fisiologis, maka aktivitas ini digolongkan sebagai motivasi biologis. Akan tetapi, lebih dari itu motivasi seksual adalah sosial karena melibatkan orang lain dan motivasi seksual diatur secara kuat oleh tekanan sosial dan ke-

percayaan agama. Seks adalah psikologi dalam arti bahwa seks terkait dengan kehidupan emosi, seks dapat memberi kebahagiaan dan juga kesusahan. Motivasi seksual mempunyai karakteristik tersendiri, sehingga dibedakan dengan motivasi lainnya.

Karakteristik tersebut antara lain:

- Seks bukan merupakan aspek dominan untuk mempertahankan kehidupan individu, walaupun penting untuk kelangsungan hidup suatu jenis tertentu.
- Tingkah laku seksual tidak timbul karena kekurangan zat-zat dalam tubuh.
- Pada hewan tingkat atas, motivasi seksual mungkin lebih banyak dipengaruhi oleh informasi pancaindra dari lingkungan dibanding dengan motif biologis lainnya.

f. Motif-Motif Sosial

Disebut sebagai motif sosial disebabkan karena motif ini dipelajari dalam kelompok-kelompok sosial serta menyangkut keterlibatan orang lain. Motif sosial dapat dianggap sebagai gejala umum yang mengarah kepada tingkah laku tertentu. Motif ini terus berlangsung dan tidak pernah terpuaskan. Begitu satu tujuan tercapai, maka motif diarahkan pada tujuan lain. Motif sosial dapat membedakan antara satu individu dan individu lainnya. Dia merupakan karakteristik dari seseorang. Oleh karena itu, motif sosial merupakan aspek kepribadian.

Ukuran Motif-motif Sosial

Ada beberapa cara yang biasa dilakukan oleh ahli psikologi untuk mengukur motif-motif sosial: (1) tes proyeksi; (2) kuesioner; dan (3) observasi perilaku.

a. Tes Proyeksi

Pada tes ini, penjelasan seseorang tentang suatu benda akan menggambarkan motif sosial orang tersebut. Karena pada dasarnya orang akan memproyeksikan motif-motifnya ke dalam ungkapan

gambaran tersebut. Salah satu bentuk dari tes ini ialah "tes persepsi tematis" (*the thematic apperception test*). Tes ini memuat gambar berbagai orang dalam berbagai situasi sosial, dan orang yang sedang dites diminta untuk membuat cerita mengenai apa yang sedang terjadi dalam gambar ini. Motif sosial seseorang dapat dilihat dari ungkapan cerita ini. Sebagai contoh:

> Teste diperlihatkan kepada sebuah gambar orang yang sedang duduk termenung. Teste mungkin akan mengomentari betapa beratnya orang ini memikirkan pekerjaannya. Teste lain mungkin akan memberikan cerita berbeda tentang gambar yang sama. Jawaban-jawaban cerita ini kemudian dikumpulkan dan dinilai sehingga menggambarkan motif sosial seseorang.

b. Quesioner Kepribadian

Model ini terdiri dari pertanyaan-pertanyaan (untuk dijawab) mengenai tingkah laku-tingkah laku pilihan dan khas (yakni: apa yang akan dilakukan atau lebih baik dilakukan oleh seseorang dalam situasi tertentu).

c. Observasi pada Situasi Tertentu

Dalam model ini, kita menciptakan situasi di mana kegiatan seseorang dapat diobservasi yang merupakan gambaran dari motif sosialnya. Misalnya: motif berteman dapat diukur dengan memberi pilihan kepada individu antara "menunggu" bersama orang lain atau menunggu sendirian. Sifat agresi pada anak dapat diukur dengan membiarkan anak bermain dengan boneka dan mengobservasi sejumlah anggapan agresif yang mereka lakukan. Atau agresi dapat dipelajari dengan cara menghina seseorang untuk mengetahui apakah mereka akan marah atau tidak.

G. Motif Berprestasi

Kebutuhan akan prestasi merupakan salah satu bentuk motif sosial. Orang yang motif berprestasinya kuat akan berusaha menjadi

pandai dan meningkatkan/memperbaiki kemampuan menyelesaikan tugasnya.

Mereka terfokus pada tugas-tugas dan lebih baik mengerjakan tugas yang menantang. Kemampuannya dapat dievaluasi baik dengan membandingkannya dengan kemampuan orang lain maupun berdasarkan standar tertentu. Motivasi berprestasi dapat dilihat pada bidang-bidang usaha manusia seperti: kantor, sekolah, kompetisi olahraga.

1. Sumber Motif Berprestasi

Mengapa ada orang yang kebutuhan akan prestasinya kuat? Jawabannya karena motif sosial (termasuk didalamnya motif berprestasi) dipelajari secara luas dan tepat. Perbedaan dalam pengalaman belajar ini menyebabkan seseorang memiliki sejumlah motivasi berprestasi. Anak belajar meniru tingkah laku orang tua atau orang lain yang dianggap sebagai model.

Anak akan menghayati dan meneruskan perilaku karakteristik model, termasuk perilaku kebutuhan berprestasi. Harapan orang tua terhadap anaknya juga berperan dalam perkembangan motivasi berprestasi. Orang tua yang mengharapkan anak bekerja keras dan meraih sukses akan mendorong anaknya berperilaku demikian.

2. Motif Berprestasi dan Tingkah Laku

Taraf di mana orang yang memiliki motif berprestasi kuat menunjukkan perilakunya yang berorientasi kepada prestasi ditentukan oleh banyak faktor. Salah satunya ialah faktor motif lain yaitu ‘takut akan kegagalan’, yang dapat menghambat pengekspresian perilaku berprestasi. Orang yang merasa takut akan kegagalan kebutuhan akan prestasinya relatif rendah. Motif berprestasi menampakkan dirinya dalam banyak cara:

1) Orang yang kebutuhan akan prestasinya tinggi lebih suka mengerjakan tugas-tugas yang menantang dan menjanjikan kesuksesan. Mereka cenderung tidak suka terhadap tugas-tugas yang mudah, tidak menantang, atau terlampau sulit. Mereka realistis

pada tugas, pekerjaan dan harapannya.

2) Orang yang kebutuhan prestasinya tinggi suka pada tugas-tugas di mana kemampuannya dapat dibandingkan dengan orang lain dan mereka menyukai adanya umpan balik.
3) Orang yang kebutuhan prestasinya tinggi cenderung bertahan melaksanakan tugas yang berhubungan dengan karier.
4) Pada saat mereka sukses, mereka cenderung untuk meningkatkan usahanya dalam melakukan tugas yang lebih menantang dan sulit.
5) Mereka suka bekerja dalam situasi di mana ia dapat mengontrol hasilnya. Mereka bukan penjudi.

Hubungan antara tingkah laku dan prestasi ini cenderung ada pada pria dan wanita sukses. Tetapi banyak wanita yang tinggi motif prestasinya tidak menunjukkan perilaku berprestasi yang merupakan karakteristik pria. Banyak wanita ini yang tidak suka pada tugas yang mengandung risiko. Untuk mengetahui hal ini, motif lain (takut akan kesuksesan) diajukan kepada wanita. Terlihat bahwa wanita percaya kalau prestasinya akan mempunyai konsekuensi negatif, seperti kurangnya sifat feminin. Wanita memandang kesuksesan sebagai alat ukur dari peran mereka dan karena itu mereka takut akan hal ini. Dalam bisnis, sekolah, dan profesi lainnya, motivasi prestasi menjadi peramal kesuksesan yang penting. Kalangan awam juga meramalkan bahwa orang-orang sukses mencoba menggabungkan antara motif berprestasi dan motif bersaing. Penelitian mempertanyakan kebenaran ini, dan ditemukan bahwa motif berprestasi mereka tinggi, tetapi rendah dalam motif bersaing.

3. Motivasi Prestasi dan Masyarakat

Telah dicetuskan bahwa kebutuhan berprestasi berhubungan dengan tingkat pertumbuhan bisnis dan ekonomi suatu masyarakat. Dengan demikian, jika ditemukan suatu tingkat motivasi yang tinggi dalam suatu masyarakat, maka akan dapat diramalkan mengenai tingkat pertumbuhan ekonomi masyarakat ini. Walaupun hubungan

antara motif berprestasi dan pertumbuhan ekonomi erat, tetapi ini bukan satu-satunya yang mempengaruhi tingkat ekonomi, keduanya disebabkan oleh banyak faktor. Namun bagaimanapun juga, pengetahuan akan motif sosial yang dominan dalam masyarakat akan menolong kita memahami sejarah masyarakat dan perkembangan masa depannya.

H. Motif Berkuasa (Power Motivation)

Winter telah mendefinisikan kekuatan sosial sebagai "Kemampuan seseorang untuk menghasilkan pengaruh yang diharapkan (di sadari atau tidak) pada perilaku atau emosi orang lain". Tujuan dari motif berkuasa ialah mempengaruhi, mengontrol, membujuk, mengarahkan orang lain, dan mempertahankan reputasinya di mata orang lain. Orang yang motif berkuasanya tinggi akan memperoleh kepuasan dengan pencapaian tujuan-tujuan ini. Motif berkuasa (kebutuhan akan kekuasaan) tampak dari perilaku kekuasaan seseorang terhadap orang lain, yang dapat diukur dari cerita dalam teknik proyeksi gambar. Motif akan kekuatan atau kekuasaan tergambar dari pengaruh langsung seseorang terhadap orang lain, emosi yang dimiliki pada orang lain dan dari reputasinya.

1. Motif Berkuasa dan Tingkah Laku

Keterkaitan ini dilihat dengan cara menghubungkan nilai tes motif berkuasa dengan perilaku sebenarnya. Motif terhadap kekuasaan diekspresikan dalam berbagai cara tergantung pada status sosial-ekonomi, seks, tingkat kedewasaan, dan tingkat ketakutan akan motif berkuasa. Berikut ini ialah beberapa cara mengekspresikan diri orang yang motif berkuasanya tinggi:

- Dengan tindakan impulsif dan agresif, terutama bagi laki-laki yang sosial-ekonominya rendah.
- Dengan mengikuti olahraga yang bersaing (terutama bagi mahasiswa pria dan laki-laki yang sosial-ekonominya rendah), seperti hoki, sepak bola, *baseball*, *basket ball*, dan tenis.
- Dengan bergabung dalam organisasi.

- Dengan minum dan mendominasi wanita secara seksual (bagi laki-laki).
- Dengan berkumpul di antara orang-orang yang tidak populer, yang mudah dikontrol.
- Dengan memilih pekerjaan di mana ia memiliki kesempatan untuk berpengaruh pada orang lain seperti guru, pengusaha, pendeta.
- Dengan membentuk dan mendisiplinkan diri, terutama pada wanita.

2. Machiavellianism

Merupakan istilah dalam psikologi untuk menggambarkan orang yang mengekspresikan motif berkuasanya dengan memanipulasi dan mengeksploitasi orang lain. Istilah ini tidak sama dengan motif kekuasaan. *Machiavellianism* adalah strategi tertentu yang digunakan oleh para machiavel untuk mengekspresikan motif berkuasanya. Penelitian menunjukkan bahwa orang-orang yang tinggi nilainya dalam tes *machiavellianis* benar-benar memanipulasi orang lain; membuat dan memutuskan hubungan antarpribadi, menyangkal curang dalam permainan, menggunakan kebohongan untuk memanipulasi orang lain, sangat lihai jika berdebat, diterima oleh orang lain sebagai pemimpin, dan cenderung untuk menang dalam permainan.

I. Motif Ingin Tahu dan Berhasil

Jika kita pernah memerhatikan anak kecil, kita akan menyadari kekuatan dari jenis motif ini. Kehidupan seorang bayi, pada saat tidak sedang makan atau tidur, mereka didominasi oleh keinginan untuk mengetahui, mengeksplorasi, dan merasa efektif dalam lingkungannya. Jika kita meletakkan bayi perempuan di tengah ruangan, jika ia tidak merasa takut, maka ia mulai merangkak berkeliling, memerhatikan, dan memegang berbagai objek. Sebagian di antaranya ada yang dimasukkan ke dalam mulut. Ini semua merupakan gambaran kebutuhan anak untuk merasakan dan mengenali dunia.

Ini bukan hanya terjadi pada bayi. Keinginan untuk mengetahui dan menjadi efektif ada pada sepanjang kehidupan kita. Meskipun kebutuhan biologis dan sosial terpenuhi, kita akan terus mencari kontak dengan lingkungan dan melawan rasa gelisah yang timbul.

Motif ingin tahu dan menjadi efektif ada pada setiap orang sebagai suatu bawaan sejak lahir dan bagian dari hereditas manusia. Pada esensinya, motif-motif tersebut berkembang menjadi profesi/keahlian manusia.

1. Kebutuhan akan Stimulus dan Eksplorasi

Karena memikirkan sebagian besar waktu, kesempatan, dan uang, membuat manusia hanya memerhatikan benda-benda, perjalanan wisata, dan menyelidiki lingkungan. Kita diundang untuk menempatkan perhatian kita: kita menonton televisi, pertunjukan, perlombaan olahraga, dan bermain-main; kita membaca koran, buku-buku, dan majalah. Rangsangan kebutuhan dan keinginan untuk mengembangkannya sangat besar di balik kegiatan-kegiatan ini.

Kita juga menjadi bosan terhadap hal-hal yang rutin. Dengan kata lain, apa yang memuaskan rangsangan akan kebutuhan dan mengembangkannya tidak lagi begitu memuaskan kita, sehingga kita mencari sesuatu yang baru. Pengamatan informal seperti ini memberikan kita dasar untuk eksperimen yang terkendali atas rangsangan dan keinginan-keinginan pengembangan.

Kekuatan tambahan dari rangsangan bagi lingkungan telah didemonstrasikan beberapa tahun yang lalu dalam suatu percobaan di mana monyet-monyet telah diberikan teka teki menarik untuk dipecahkan. Monyet-monyet ini tertarik pada rangsangan baru, yang tidak biasanya/aneh yang diberikan oleh teka teki ini. Mereka menyelidiki teka teki ini dan berusaha untuk memecahkannya dengan memakai tongkat, melonggarkan jepitan dan menaikkan engselnya, dan menerimanya dengan begitu semangatnya, tetapi tiada hasil selain hak untuk tidak mengubahnya (Harlow, 1953). Kira-kira pada waktu yang sama, eksperimen lain terhadap motivasi keingintahuan menunjukkan bahwa monyet-monyet akan bekerja dan belajar ketika

faktor pendorong rangsangannya hanya diperbolehkan melihat ke luar kandang kepada pemandangan lingkungan yang bervariasi.

Monyet-monyet dalam eksperimen ini dikurung dalam kandang tertutup dengan dua pintu di sisinya. Seekor monyet dapat secara tidak sengaja membentur pintu berkali-kali. Tiap pintu memiliki perangsang penglihatan yang terpasang padanya (perangsang A dan B). Jika monyet dapat mendorong pintu pada perangsang A, pintu akan terbuka dan monyet dapat melihat keluar beberapa saat. Jika monyet mendorong pintu pada perangsang B, tidak terjadi apa-apa. Jadi, hasil belajar membedakan antara dua perangsang adalah kesempatan untuk melihat keluar dari pintu yang terbuka ketika pintu di dorong.

Monyet telah belajar membedakan, dan termotivasi oleh kesempatan untuk melihat keluar. Sekali binatang ini belajar untuk membuka pintu secara benar, jumlah dorongan yang dilakukan akan tergantung pada apa yang akan dilihatnya di luar. Misalnya monyet lain atau kereta api mainan yang bergerak, sehingga pintu semakin sering dibuka. Monyet-monyet tersebut tidak akan bereaksi sesering itu, jika yang dapat dilihatnya hanya ruangan yang kosong.

Manusia juga senantiasa mencari rangsangan. Kebanyakan dari kita sering menginginkan sesuatu yang baru. Berdasarkan teori tentang keterlibatan seseorang, rangsangan dari lingkungan akan membangkitkan kita semua, dan setiap orang memiliki taraf pembangkitan optimal yang berbeda (pencari sensasi memiliki taraf optimal yang tinggi). Karena tingkat yang tinggi ini menyenangkan, maka tingkat yang terlalu tinggi atau terlalu rendah akan menghasilkan perasaan yang kurang menyenangkan.

Rangsangan yang baru dan kompleks ialah baik untuk meningkatkan tingkat pembangkitan yang optimal, yaitu tingkat yang menyenangkan. Sebuah rangsangan yang baru merupakan sesuatu yang baru yang sama sekali di luar dugaan kita; sebuah rangsangan yang kompleks adalah sesuatu yang mengandung cukup banyak informasi untuk diproses. Untuk mencapai tingkat pembangkitan yang optimal kita harus menemukan rangsangan yang baru dan kompleks.

2. Motivasi yang Efektif

Kebutuhan akan rangsangan dan eksplorasi perlu dikembangkan agar menjadi efektif. Proses motivasi sebagai aktivitas menuju keadan ini disebut motivasi yang diefektifkan (motif umum untuk bertindak secara kompeten dan efektif ketika berinteraksi dengan lingkungan). Keefektifan proses motivasi memainkan peranan penting dalam perilaku manusia. Jika tujuan tercapai, tetapi motivasi yang efektif tidak tercapai, maka akan terjadi perilaku mencari kompetensi dan kekuasaan yang baru.

Apabila kita melihat kembali contoh anak kecil pada bagian awal pembahasan ini, maka bayi yang baru saja belajar berdiri akan memperlihatkan bagaimana usahanya untuk berdiri. Bayi ini terus berusaha untuk berdiri, walaupun terus menerus mengalami kegagalan. Ketika dia berhasil, dia menangis puas atau tersenyum lebar dengan cara yang sama. Dia berusaha efektif terhadap lingkungan ketika dia mulai belajar berjalan dan bidang-bidang perkembangan lainnya. Gambaran keberhasilan pada masa anak-anak di atas mengilustrasikan betapa pentingnya pengefektifan motivasi; si bayi mencoba lingkungan yang lebih besar dan berusaha efektif dalam lingkungan itu. Motivasi yang efektif juga ada pada pekerjaannya di kemudian hari, tetapi kadang-kadang sulit untuk mengatakan apakah perilaku itu didorong oleh motivasi yang efektif? Atau oleh salah satu motif sosial (yaitu motif berprestasi).

Suatu konsep lain yang mirip dengan pengefektifan motivasi adalah “otivasi intrinsik” yang didefinisikan sebagai kebutuhan seseorang untuk merasa berkepentingan dan penentuan sendiri dalam menghadapi lingkungannya. Disebut intrinsik karena tujuannya ialah perasaan efektif bagi dirinya sendiri juga kecakapan dan penentuan diri sendiri. Sebaliknya, motivasi ekstrinsik diarahkan kepada tujuan-tujuan di luar dirinya seperti uang dan gelar di sekolah. Penghargaan/hadiah dari luar berguna sebagai penuntun dalam pekerjaan dan sekolah, tetapi keadaan ini terkadang dapat melumpuhkan motivasi intrinsik dan merusak penampilan. Dengan adanya penghargaan bagi motivasi ekstrinsik, masyarakat mungkin menerapkan suatu

strategi untuk memenuhi kebutuhan minimumnya dengan bekerja keras untuk mendapat kesenangan dan untuk kepuasan diri. Jadi, dengan bekerja untuk memenuhi motif keingintahuan dan motif keefektifan, motivasi ekstrinsik terkadang dapat mengurangi kekuatan aspek motivasi manusia.

3. Motivasi Perwujudan Diri

Motif perwujudan diri berhubungan dengan pengefektifan motivasi dan motivasi intrinsik. Perwujudan diri menunjuk pada keinginan seseorang untuk mengembangkan kemampuannya, dengan kata lain melakukan apa yang dapat dilakukannya. Pelaku perwujudan diri ini ialah orang yang menggunakan kemampuannya secara penuh.

Tentu saja tujuan yang terlihat untuk memenuhi kebutuhan ini berbeda bagi setiap orang. Untuk sementara orang hal ini berarti penghargaan dalam bidang literatur dan ilmu pengetahuan; sementara bagi orang lain hal tersebut berarti kepemimpinan dalam bidang politik, dalam kelompok masyarakat atau untuk yang lainnya ini dapat berarti hidup wajar tanpa terikat pada kebiasaan masyarakat.

Perwujudan diri dirasakan sebagai kebutuhan yang paling tinggi di dalam hierarki kebutuhan. Dimulai dari kebutuhan yang tertinggi (perwujudan diri), maka hierarki kebutuhan sebagai berikut:

- Kebutuhan perwujudan diri.
- Kebutuhan akan penghargaan seperti gengsi, kesuksesan, dan harga diri.
- Kebutuhan akan rasa memiliki dan rasa cinta seperti kebutuhan akan perhatian, kekerabatan, dan identitas diri.
- Kebutuhan akan rasa aman seperti ketertiban, stabilitas lingkungan, dan pengawasan.
- Kebutuhan fisik seperti rasa lapar, haus, dan kebutuhan seksual.

Susunan urutan-urutan kebutuhan di atas mempunyai pengaruh dalam dua cara. Kebutuhan-kebutuhan yang muncul dalam urutan ini, dari yang terendah ke yang tertinggi, di mana kebutuhan fisik merupakan yang pertama dan perwujudan diri merupakan yang tera-

khir terjadi dalam pertumbuhan normal seseorang. Dari yang terendah ke yang tertinggi, juga menunjukkan urutan yang harus mereka penuhi. Dengan kata lain, kebutuhan fisik harus terpenuhi lebih dahulu sebelum kebutuhan lainnya; kebutuhan yang lebih rendah harus terpenuhi sebelum kebutuhan yang lebih tinggi. Sebagai contoh: seseorang yang kelaparan dipuaskan dengan makanan yang cukup. Dia tidak menghiraukan apa yang akan dimakannya esok hari (kebutuhan akan aman dari rasa lapar); hanya makanan hari ini saja yang dipentingkan. Tetapi jika ia dijamin dengan adanya makanan untuk hari ini, dia akan mulai memikirkan akan rasa amannya dan mengambil langkah untuk selalu memenuhi kebutuhan fisiknya; jadi ia beralih ke kebutuhan akan rasa aman. Cara yang sama akan prioritas kebutuhan dilakukan pada setiap langkah lebih lanjut untuk setiap motif. Jika seorang wanita memiliki pekerjaan yang mantap atau jika sadar dia akan mendapatkan yang lainnya apabila dia kehilangan pekerjaan semula (ada rasa aman baginya), akan muncullah rasa ingin memiliki dan cinta pada dirinya. Dia sekarang di motivasi oleh kebutuhannya disukai, untuk sukses dan untuk merasakan penghargaan. Akhirnya jika semua kebutuhannya telah terpenuhi, motif dasarnya akan menjadi motif untuk melakukan segala sesuatunya dengan baik dan dinikmati; dia jadi ingin memuaskan kebutuhannya untuk merealisasikan kemampuannya, yang akhirnya dia akan mewujudkan dirinya.

Banyak dari kita tidak mencapai jenjang kebutuhan yang paling tinggi. Kebanyakan masyarakat dan waktu yang tersedia, kebutuhan fisik merupakan hal yang paling utama untuk dipenuhi (meskipun dalam masyarakat yang kaya, banyak orang yang kelaparan). Jadi, kita bergerak kepada kebutuhan akan rasa aman dan menaruh perhatian padanya. Aman dalam posisi pekerjaan, sebagai contoh ialah hal yang terpenting bagi segelintir orang. Kita ingin merasa aman di jalanan di kota kita dan aman dari tuntutan pekerjaan kita, polisi, atau pegawai pemerintah lainnya. Jika kebutuhan rasa aman kita terpenuhi, kita akan berusaha untuk memenuhi kebutuhan akan perhatian, kekerabatan, dan identitas diri melalui sekolah atau pe-

rusahaan kita bekerja. Apabila kita telah memenuhi kebutuhan ini, kita dapat naik lagi dalam hierarki kebutuhan kita untuk kebutuhan penghargaan dan perwujudan diri kita. Tentu saja situasinya agak berbeda dengan apa yang telah kita jelaskan barusan. Beberapa orang bergerak ke atas hanya untuk mencari kebutuhan yang lebih rendah harus terpenuhi kembali, dalam situasi yang telah berubah. Lebih daripada itu, orang dapat mencoba untuk memuaskan beberapa urutan kebutuhannya pada waktu bersamaan seperti rasa memiliki dan kebutuhan akan penghargaan. Karena motif yang lebih tinggi hanya dapat dipuaskan setelah kebutuhan yang lebih rendah terpuaskan, kebutuhan yang lebih tinggi harus ditunda dahulu. Dengan kata lain, tujuan dari motif yang lebih tinggi tidak dapat dicapai, membuat orang menjadi frustrasi.

J. Frustrasi dan Konflik Motif

Pembahasan mengenai motif tidak selalu berjalan mulus. Selalu terjadi di mana kita dicegah/dihalangi untuk mencapai tujuan yang ingin kita capai. Istilah frustrasi berarti penghalangan perilaku untuk mencapai suatu tujuan. Meskipun ada beberapa cara di mana motif menjadi suatu frustrasi yaitu kepuasan yang terhalang, konflik di antara motif yang bergerak serentak dapat menjadi alasan kuat mengapa tujuan tidak tercapai. Jika motif digagalkan atau dihalangi, perasaan dan perilaku emosional akan terjadi.

Orang yang tidak dapat mencapai tujuan utama mereka akan merasa depresi, ketakutan, kekhawatiran, rasa bersalah, atau marah. Sering mereka merasa tidak mampu untuk mendapatkan kesenangan hidup.

K. Sumber-sumber Frustrasi

Secara umum, penyebab frustrasi dapat dibagi ke dalam (1) pencapaian motif yang dihambat oleh lingkungan; (2) Ketidakmampuan seseorang yang menyebabkan ketidakmungkinan mencapai tujuan; dan (3) adanya konflik di antara beberapa motif.

1. Frustrasi yang Disebabkan Lingkungan

Hambatan lingkungan dapat menggagalkan pencapaian/pemuasan motif, dengan membuat suatu keadaan sulit atau tidak mungkin bagi seseorang untuk mencapai tujuan. Hambatan ini dapat berupa sesuatu yang nyata, seperti pintu yang terkunci atau kekurangan uang, atau orang lain yang mencegah kita seperti orang tua, polisi, dan guru.

2. Frustrasi Pribadi

Tujuan yang tidak tercapai dapat menjadi sumber penting dari frustrasi. Ini dapat terjadi karena tujuan-tujuan ini melebihi kemampuan manusia itu sendiri. Misalnya, seorang anak mungkin diajari untuk berkeinginan mencapai tingkat sekolah yang lebih tinggi, tetapi kurang mampu untuk membuat prestasi yang baik. Seseorang mungkin termotivasi untuk bergabung dengan band sekolah, atau tim sepak bola, atau klub-klub lainnya atau untuk bertindak menjadi pemimpin dalam permainan, tetapi lantas menjadi frustrasi karena tidak memiliki kemampuan yang cukup memadai. Demikianlah, orang-orang akan mengalami frustrasi disebabkan karena ingin mencapai suatu tujuan yang berada di luar kemampuan untuk melaksanakannya.

3. Frustrasi yang Disebabkan oleh Konfik

Sumber-sumber frustrasi juga terdapat dalam konflik-konflik motif, di mana perwujudan suatu konflik dicampuri/diganggu oleh perwujudan konflik lainnya. Dalam perilaku agresi misalnya, seseorang sering kali terlibat dalam beberapa konflik. Di satu pihak dia ingin menunjukkan kemarahannya, di pihak lain dia takut akan pengucilan masyarakat jika melakukannya. Agresi juga ialah bertentangan dengan kebutuhan pengakuan masyarakat. Di beberapa masyarakat, motivasi seksual sering kali bertentangan dengan standar seksual yang diterima masyarakat. Konflik lain ialah antara kebebasan dan kebutuhan kekerabatan atau aspirasi karier dengan realitas ekonomi. Hidup ini penuh dengan pertentangan dan frusatasi yang timbul dari

keadaan konflik-konflik tadi.

L. Jenis-Jenis Konflik

Dari ketiga sumber umum frustrasi yang dijelaskan di atas, satu di antaranya yang sering menyebabkan frustrasi yang menetap pada kebanyakan individu ialah konflik-konflik motif. Jenis frustrasi ini dapat merupakan sesuatu yang penting dalam mengetahui kekhawatiran atau ketergantungan seseorang. Jenis frustrasi ini dapat ditimbulkan oleh empat jenis konflik umum yaitu: konflik mendekat-mendekat, menjauh-menjauh, mendekat-menjauh, dan menjauh yang berganda.

1. Konflik Mendekat-mendekat

Seperti namanya, konflik mendekat-mendekat adalah konflik antara dua tujuan yang sama-sama positif yaitu tujuan yang sama-sama menarik pada saat yang bersamaan. Sebagai contoh, pertentangan psikologis timbul ketika seseorang merasa lapar dan mengantuk pada waktu yang sama. Dalam konteks sosial misalnya, seseorang mengalami pertentangan antara ingin pergi untuk melakukan kampanye politik dan keinginan untuk pesta renang pada malam yang sama. Ada sebuah pepatah yang menceritakan seekor keledai menjadi sangat kelaparan karena berdiri di tengah-tengah gundukan jerami dan tidak dapat memilih salah satu dari keduanya. Beberapa di antara konflik ini biasanya diselesaikan dengan cara pertama-tama memenuhi salah satu tujuan terlebih dahulu, kemudian menyelesaikan yang lainnya, atau memilih salah satu tujuan dan membatalkan tujuan yang lainnya. Dalam contoh tadi misalnya, seseorang makan dahulu kemudian tidur, atau hanya memilih salah satu. Diban-ding dengan jenis konflik yang lain (yang akan dibahas nanti), jenis konflik ini relatif mudah untuk diselesaikan dan akan mengasilkan perilaku emosional yang relatif kecil.

2. Konflik Menjauh-menjauh

Tipe kedua dari konflik motif ialah adanya dua tujuan negatif.

Seorang anak harus mengerjakan PR matematikanya atau dipukul pantatnya. Seorang pelajar harus belajar untuk menghadapi ujian yang tinggal dua hari lagi atau menghadapi kegagalan bila tidak belajar. Seorang wanita harus bekerja pada bidang yang tidak ia kuasai atau mengambil risiko kehilangang penghasilannya. Pertentangan ini seperti tergambar dalam ungkapan “terperangkap di antara setan dan laut yang dalam.” Kita memikirkan semua hal yang tidak ingin kita lakukan tetapi harus menghadapi alternatif lain yang tidak disukai.

3. Konflik Mendekat-menjauh

Tipe ketiga dari konflik ini ialah tipe yang paling susah untuk dipecahkan karena pada konflik jenis ini seseorang ditarik dan ditolak oleh objek tujuan yang sama. Karena valensi positif dari tujuan, orang tersebut mendekatinya, tetapi valensi negatif datang lebih kuat. Jika aspek penolak menjadi lebih kuat dari aspek positif, orang tersebut akan menghentikannya sebelum mencapai tujuan. Karena tujuan tidak tercapai, orang tersebut akan menjadi frustrasi.

4. Konflik Mendekat-menjauh yang Berganda

Banyak keputusan/kebijakan hidup yang umum yang melibatkan konflik mendekat-menjauh secara berganda, artinya beberapa tujuan di mana valensi negatif dan positif terlibat. Misalnya, seorang wanita telah bertunangan untuk menikah, kemudian tujuan perkawinan mempunyai valensi yang positif baginya karena kesetabilan dan keamanan yang disediakan oleh perkawinan ini dan dia mencintai laki-laki yang akan dinikahinya. Misalnya, di pihak lain pernikahan ini ialah sebuah penolakan karena ia harus menggagalkan tawaran pekerjaan yang menarik di kota lain. Wanita ini tertarik kepada pekerjaan yang baru tetapi menolak terhadap konsekuensi yang akan timbul dari pekerjaan ini terhadap pernikahannya. Apa yang harus dilakukan?

Sebagian jawabannya tergantung pada kekuatan relatif untuk mendekati dan menghindari tujuan. Dia mungkin akan memutuskan pertunangan jika jumlah total valensi positif dikurangi valensi nega-

tif karirnya masih lebih besar dibanding valensi positif dan negatif pertunangannya. Atau jika jumlah valensi positif pernikahan lebih besar daripada valensi positif karirnya, mungkin dia ragu-ragu dalam sekejap, bimbang, dan kemudian menikah. Jadi, apa yang akan dilakukan seseorang dalam konflik mendekat-menjauh secara berganda akan bergantung pada kekuatan relatif antara valensi positif dan negatif dari tujuan-tujuan yang ada.

AGRESIVITAS

Kita menyerang, menyakiti, atau kadang-kadang saling membunuh antara satu dan yang lainnya. Kita juga menyerang secara verbal dengan menghina atau mencaci untuk merusak reputasi orang lain, dan perang selalu terjadi di berbagai tempat (kira-kira 14.600 kasus perang dalam 5600 tahun catatan sejarah).

Istilah agresivitas sulit untuk dikemukakan dan ada semacam pertentangan mengenai perilaku yang dikatakan agresif dan tidak. Perbedaan kadang-kadang terjadi antara agresi permusuhan dan instrumental. Agresi permusuhan bertujuan untuk menyakiti orang lain, Adapun agresi instrumen merupakan sarana bagi individu untuk memuaskan motif-motif. Misalnya: seseorang membuat kekacauan sebagai alat agar orang lain memenuhi keinginannya, atau anak kecil yang menggunakan agresi sebagai cara untuk memperoleh perhatian orang lain. Fokus dari agresi manusia ialah agresi permusuhan. Definisi yang cocok untuk agresi permusuhan adalah suatu bentuk tingkah laku yang ditujukan untuk merusak, mengganggu atau menyakiti orang lain, yang terdorong untuk menghindari perlakuan tersebut.

Definisi ini mengimplikasikan bahwa agresi didasari oleh maksud untuk merugikan orang/korban, meskipun hal ini sulit untuk dinilai. Oleh karena itu, kita harus diyakinkan secara rasional sebelum mengatakan suatu tindakan agresif. Kita mengenal beberapa macam agresif: agresif secara fisik atau verbal (menyakiti secara fisik atau menyerang dengan kata-kata); aktif atau pasif (kegiatan yang

bermaksud jahat dan kegagalan untuk memainkan peran); langsung atau tidak langsung (agresi secara berhadap-hadapan atau tidak).

A. Lingkungan dan Sosial yang Menyebabkan Agresi

Ada hipotesis kuat yang menyatakan bahwa frustrasi adalah penyebab dasar perilaku agresi; bahwa frustrasi akan selalu menghasilkan perilaku agresif. Namun ada kekecualian dari hipotesis ini. Misalnya: seseorang yang beraksi terhadap frustrasi dengan menarik diri, minuman keras, atau melakukan tindakan positif. Bagaimana frustrasi dapat menimbulkan agresi, tergantung pada dua faktor.

Pertama, bahwa frustrasi itu harus kuat. Kekuatan frustrasi tergantung pada kuat lemahnya harapan terhadap pencapaian tujuan. *Kedua*, frustrasi itu harus dirasakan sebagai hasil yang akan dicapai dari kegiatan sesuka hati. Dalam hal ini, agresi lebih mirip sebagai ungkapan perasaan frustrasi yang tidak tepat, dan agresi tidak sepenunya terjadi bila motif yang terhambat dipertimbangkan secara tepat. Pada umumnya, penyebab agresi dalam kehidupan sehari-hari ialah kata-kata yang menghina atau penilaian negatif dari orang lain. Sebab sosial lain yang penting dari agresi ialah adanya tuntutan otoritas yang memaksa kita untuk melawan orang lain. Di sisi lain, suhu yang tinggi (sampai pada batas tertentu), kebisingan dan kerumunan (*crowding*) yang tinggi dapat meningkatkan agresi. Pengaruh lain yang menyebabkan agresi, walaupun masih kontroversial, ialah kehadiran peralatan senjata (pistol, senjata tajam)

B. Belajar dan Agresivitas

Teori belajar sosial menekankan pentingnya peranan peniruan sebagai penyebab perilaku agresi. Seseorang yang telah melihat orang lain bertindak agresi cenderung untuk menirukannya dalam situasi yang serupa. Agresi adalah penyakit menular. Peniruan menjadi sangat efektif jika perilaku yang agresif dilihat sebagai alasan yang dibenarkan dan untuk sebuah balasan serta jika seseorang sudah dalam keadaan marah.

Televisi dan film memberi kita beberapa contoh perilaku agresif. Kenyataan ini pada umumya (tetapi ada kekecualian) dapat meningkatkan perilaku agresi, khususnya pada anak laki-laki yang menonton adegan-adegan kekerasan dalam TV maupun film. Selain itu, teori *classical conditioning* dan *instrumental conditioning* juga merupakan sumber-sumber yang penting dalam agresi manusia. Sebagai contoh, situasi yang menghasilkan agresi secara berulang-ulang bersamaan dengan kehadiran stimulus tertentu, memungkinkan seseoang belajar untuk tidak menyukai dan menjadi agresif pada stimulus dan situasi yang sama. Melalui generalisasi, perilaku agresif dapat menyebar sampai pada sikap individu terhadap rangsangan/situasi yang sama. Sebagai contoh, jika seorang anak mengalami frustrasi berat akibat ulah ayahnya, melalui *classical conditioning* ia akan belajar memusuhi ayahnya. Dan melalui generalisasi, dia akan bersikap agresif terhadap figur-figur berkuasa seperti guru, polisi, dan atasan.

Perilaku agresi dalam *instrumental conditioning* terjadi ketika seseorang diberi ganjaran atau penguatan pada saat berperilaku agresif. Prinsip teori ini mengatakan bahwa perilaku yang diberi penguat cenderung untuk diulang pada waktu yang akan datang.

C. Pengendalian Agresivitas

Seperti diperlihatkan dalam penelitian-penelitian, banyak perilaku agresi yang didasari oleh kegiatan belajar, kondisi lingkungan khsusus dan faktor sosial. Kenyataan ini merupakan potensi bagi upaya pembatasan dan pengendaliannya. Perubahan faktor terhadap yang menyebabkan agresi diharapkan dapat mengurangi perilaku agresi dalam masyarakat. Hukuman terhadap perilaku agresi merupakan salah satu pendekatan klasik untuk mengontrol agresi. Hukuman adalah perlakuan untuk menurunkan kemungkinan kemunculan suatu perilaku di masa yang akan datang. Kondisi-kondisi seperti: memperbaiki diri, kehilangan pengakuan masyarakat, keadaan memalukan, penjara dan sejenisnya dapat disediakan sebagai suatu hukuman. Sayangnya, hukuman tidaklah selalu efektif untuk mengurangi agresi. Hukuman akan efektif jika cukup berat, agresor merasa yakin

akan menerimanya, dilakukan dengan segera setelah perilaku agresi, dorongan untuk agresinya cukup lemah, dan agresor menerima hukuman yang sah dan sesuai.

Jika tidak, hukuman tidak akan sangat efektif untuk mengendalikan kejahatan dan kekerasan di masyarakat, dan hukuman yang tidak efektif akan meningkatkan kecenderungan perilaku agresi. Misalnya, hukuman menyebabkan orang menjadi frustrasi dan mendorong orang untuk menjadi lebih marah.

Pendekatan klasik lainnya untuk mengurangi agresi ialah "*catharsis*". Katarsis menunjukkan kepada suatu upaya penyaluran atau pengungkapan emosi, misalnya orang memukul meja, menjerit, menendang anjing, atau menonton tinju. Walaupun katarsis dapat mengurangi agresi, tetapi hanya dalam waktu singkat, dan kemungkinan tidak akan menghilangkan pengulangan perilaku yang sama di kemudian hari. Kalau peniruan dapat menimbulkan agresi seperti dikatakan dalam teori belajar, maka dapat pula dipelajari perilaku-perilaku yang tidak agresi.

Pemikiran dan kesadaran untuk menerima alasan perilaku agresi yang dilakukan orang lain kepada kita, akan membantu kita untuk mengontrol/mengendalikan agresi kita sendiri. Misalnya, jika kita tahu/menyadari bahwa tindakan agresi yang ditujukan kepada kita terjadi di luar kontrolnya, maka kita cenderung bersikap longgar dan mengurangi tindakan balasan agresi.

Pendekatan lain yang menarik untuk mengendalikan emosi didasarkan pada dugaan bahwa perasaan dan emosi tertentu bertentangan dengan perilaku marah dan agresi. Kemarahan dapat hilang kalau seseorang mengubahnya menjadi senyuman, merasa khawatir terhadap objek yang akan diserang (empati), atau bahkan mungkin sedikit mengarah kepada seksualitas. Beberapa hasil penelitian juga mendukung bahwa perilaku agresi dan marah dapat dikurangi melalui respons yang bertentangan.

Suatu eksperimen: Ada tiga kelompok eksperimen. *Pertama* wanita muda menyeberang jalan dengan menggunakan kruk (kondisi

empati), *kedua*, menyeberang jalan dengan memakai topeng badut (kondisi lucu), dan *ketiga*, menyeberang jalan dengan pakaian minim (seksual). Kecuali, disediakan juga dua kelompok kontrol, *pertama,* tidak ada orang yang menyeberang jalan, dan *kedua,* wanita muda berpakaian biasa menyeberang dengan santai. Semua kelompok tadi menyeberangi jalan pada saat lampu hijau menyala (selama 15 detik). Bagaimana respons para pengemudi terhadap frustrasi (karena harus menunggu) yang dapat menimbulkan agresi. Dalam kondisi tidak ada orang menyeberang, 90% pengemudi membunyikan klakson. Menyeberang jalan dengan pakaian normal 89%. Pada kondisi empati 57% membunyikan klakson, pada kondisi lucu hanya 50%, dan pada kondisi yang sedikit menimbukan gairah seksual hanya 47% yang membunyikan klakson.

TEORI BELAJAR

Belajar adalah sebuah aktivitas yang dilakukan oleh manusia untuk menambah pengetahuan yang ada dalam dunia dengan suatu pengalaman yang sangat berarti dan memiliki makna yang tinggi.

Belajar adalah suatu kegiatan untuk menambah pengetahuan yang dilakukan oleh manusia. Belajar bagi anak usia prasekolah merupakan pekerjaan yang sangat melelahkan karena bagi mereka belajar merupakan sebuah monster. Untuk meningkatkan motivasi belajar anak, orang tua dan guru harus memberi dukungan dan motivasi yang sangat berguna.

Belajar memiliki manfaat besar bagi anak untuk meningkatkan mutu pendidikan yang dijalaninya selama ini. Dengan belajar kemungkinan besar anak akan mendapatkan suatu pelajaran baru dari apa yang dia pelajari. Manfaat belajar ini sangat membantu anak untuk lebih maju dan berkembang.

Banyak teori belajar yang dikemukakan oleh para ilmuwan di antaranya:

A. Teori dari Cronbach

Cronbach berpendapat bahwa *learning is shown by change in behavior as a result of experience (*belajar sebagai suatu aktivitas yang ditunjukkan oleh perubahan tingkah laku sebagai hasil dari pengalaman).

Pengalaman merupakan guru terbaik dalam hidup. Dengan belajar dari pengalaman, manusia akan mengalami perubahan dari hidupnya. Contoh: "Seorang anak yang telah belajar, maka dalam diri anak akan terjadi perubahan dan perubahan ini akan di tunjukkan anak dalam berperilaku sehari-hari."

B. Teori dari Herbart

Herbart ialah orang yang mengemukakan tentang teori tanggapan. Menurut teori tanggapan, belajar adalah memasukkan tanggapan sebanyak-banyaknya, berulang-ulang, dan sejelas-jelasnya.

Menurut Herbart, belajar tidak hanya membaca dan menulis secara fakum akan tetapi menerima tanggapan dari orang lain itu termasuk kategori belajar. Karena dengan menerima tanggapan berarti kita secara tidak langsung memasukkan tanggapan atau pesan-pesan kedalam otak sehingga memori otak manusia yang kosong telah terisi dengan pelajaran baru yang dapat dijadikan sebagai pengetahuan mereka.

C. Teori dari Kaffka dan Kohler

Mereka ialah orang yang mengemukakan teori belajar menurut ilmu jiwa Gestalt. Dalam belajar menurut teori Gestalt yang terpenting ialah penyesuaian pertama yaitu mendapat respons atau tanggapan yang tepat. Maksud teori ini bahwa belajar tidak mementingkan hal pengulangan terhadap sesuatu hal yang harus dimengerti akan tetapi mengerti, paham, atau memperoleh *insight* (pengertian) dari yang telah dipelajari.

Prinsip-prinsip belajar menurut Gestalt:

a. Belajar berdasarkan keseluruhan.

b. Belajar merupakan suatu proses perkembangan.
c. Anak didik sebagai organisme keseluruhan.
d. Terjadi transfer.
e. Belajar ialah reorganisasi pengalaman.
f. Belajar harus dengan *insight* (pengertian).
g. Belajar lebih berhasil bila berhubungan dengan minat keinginan dan tujuan.
h. Berlajar berlangsung terus-menerus.

D. Teori dari R. Gagne

Dalam masalah belajar R. Gagne memberikan dua definisi:

1. Belajar adalah suatu proses untuk memperoleh motivasi dalam pengetahuan keterampilan, kebiasaan, dan tingkah laku.
2. Belajar adalah pengetahuan suatu keterampilan yang diperoleh dari instruksi.

Dalam definisi, Gagne jelas mengatakan bahwa dalam belajar sangat dibutuhkan motivasi dalam membangkitkan semangat yang ada dalam diri anak. Selain memotivasi, kita harus menyalurkan ilmu yang dimiliki agar anak menambah pengetahuan tentang memiliki wawasan yang luas tentang kehidupan.

E. Teori dari Howard L. Kingskey

Howard L. Kingskey mengatakan bahwa, *learning is the process by wich behavior (in the border sence) is originalted or changed trought practice or training* (belajar adalah proses tingkah laku dalam arti luas ditimbulkan atau diubah melalui praktik dan latihan). Dalam teori ini belajar adalah suatu praktik atau latihan yang dilakukan oleh anak. Oleh karena itu, melalui praktik diharapkan anak mudah mengerti apa yang telah dipelajarinya.

KESIMPULAN

Motivasi sangatlah dibutuhkan oleh anak-anak. Tanpa adanya motivasi anak akan mengalami kesulitan belajar. Motivasi memiliki

dua unsur yaitu intrinsik dan ekstrinsik di mana kedua unsur ini dapat membantu anak untuk mengembangkan motivasi.

Anak yang memiliki motivasi intrinsik akan senang belajar, maka secara sadar ia akan melakukan belajar tanpa harus mendapat motivasi dari luar. Selain itu, ada juga anak yang membutuhkan motivasi dari luar dan dalam.

Dalam hal belajar anak usia prasekolah tidaklah harus secara akademik. Karena untuk menumbuhkan minat baca pada saat belajar kita harus menerapkan poin-poin yang tepat.

Tak seorang pun orang tua yang mengharapkan kegagalan pada anaknya. Bagi mereka keberhasilan anak merupakan sebuah tambang emas dalam keluarga. Kegagalan yang dialami oleh anak merupakan bencana yang dapat menghancurkan kehidupan keluarga. Akan tetapi, sebagai orang tua tidaklah harus mencaci dan mengasingkan anak yang mengalami kegagalan tetapi dukungan dan motivasi itu harus diterapkan benar-benar dalam keluarga.

Motivasi anak yang dikembangkan dalam belajar di lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat, yaitu:

a. Perencanaan.

   Segala hal yang berkaitan dengan perencanaan akan ikut memperbaiki kesalahan dalam memotivasi anak. Dengan perencanaan, kita akan dengan mudah memberi motivasi dan semangat belajar pada anak.

b. Pengadaan.

   Pengadaan meliputi pemahaman tentang motivasi, tersedianya sebuah media untuk melakukan motivasi seperti media permainan yang dapat memotivasi anak, dan alat permainan yang telah di sediakan.

c. Penyimpanan.

   Yang dikategorikan penyimpanan di sini oalah penyimpana alat-alat untuk memotivasi anak seperti: lemari dan rak, untuk alat permainan diharapkan pada setiap tahunnya akan terus bertambah.

d. Penggunaan dan keteraturan penggunaan alat.
e. Evaluasi penggunaan dan pengelolaan alat bermain.

Salah satu cara untuk memotivasi anak ialah melalui orang-orang terdekat anak di mana orang itu akan memegang peranan penting untuk memotivasi anak sehingga anak dengan mudah termotivasi dan terarahkan.

SARAN

Tumbuhkanlah anak Anda sebagai anak yang mudah untuk berkembang dan termotivasi untuk melakukan kegiatan yang positif. Sebagai orang tua, janganlah merasa bosan untuk memotivasi dan memberikan dukungan pada anak agar anak Anda menjadi anak yang berguna, dan tidak dirugikan oleh ulah Anda yang tidak memberikan kesempatan pada anak untuk belajar maksimal.

Serta tidak lupa Anda para guru menciptakan suasana kelas yang nyaman, aman, dan kondusif agar anak termotivasi untuk belajar dalam kelas. Dan janganlah Anda membeda-bedakan antara murid yang satu dan murid yang lain.

KECERDASAN INTELEKTUAL

Kecerdasan merupakan kemampuan untuk melihat suatu pola dan menggambarkan hubungan antara pola di masa lalu dan pengetahuan di masa depan. Kecerdasan yang sering diasah akan menjadikan seseorang semakin bertambah kecerdasannya.

Ada dua faktor sangat penting yang perlu diperhatikan oleh orang tua dalam mengembangkan taraf kecerdasan anak yaitu, *pertama*, faktor sebelum kelahiran (masa pre-natal) dan *kedua*, faktor setelah lahir (masa post-natal). Dalam uraian ini menitikberatkan pada masa kandungan sampai masa umur balita (0-5 tahun). Alasan di sini adalah karena perkembangan taraf inteligensi pada masa anak berumur 0-5 tahun akan sangat berpengaruh dan menentukan pada perkembangan taraf kecerdasan pada masa umur selanjutnya sebagaimana berlakunya hukum perkembangan manusia.

A. Faktor Masa Pre-Natal

Faktor ini sangat diperhatikan karena berpengaruh terhadap perkembangan si anak setelah lahir, terutama pada perkembangan taraf kecerdasannya. Peranan orang tua terutama ibu pada saat mengandung sangatlah penting untuk memerhatikan faktor pengaturan makanan, menjaga kesehatan, dan ketenangan batin.

1. Pengaturan Makanan

Pada waktu mengandung, ibu harus dapat mengatur waktu makan, nilai gizi yang diperlukan karena faktor ini sangat berpengaruh terhadap perkembangan calon bayi. Nilai gizi yang diperlukan ialah yang cukup mengandung protein, lemak, karbohidrat, dan vitamin. Tidak jarang pada waktu mengandung, ibu mempunyai keinginan makan makanan yang pada waktu sebelumnya makanan ini kurang disukai seperti makan makanan yang asam-asam, buah-buah mentah, dan rujak. Hal ini bila dalam batas-batas tertentu masih merupakan hal yang wajar, tetapi kalau keinginan ini beralih pada keinginan makan daging mentah atau makanan lain yang aneh-aneh yang diperkirakan akan mengganggu kesehatan, maka sebaiknya suami perlu mencegahnya agar tidak berpengaruh negatif pada perkembangan bayi yang dikandungnya.

2. Menjaga Kesehatan

Kesehatan ibu pada waktu mengandung merupakan faktor yang sangat penting pula untuk lebih diperhatikan. Karena faktor ini dapat berpengaruh baik bagi keselamatan ibu maupun bayi yang dikandungnya. Ibu yang pada waktu mengandung mengalami infeksi dari penyakit TBC, rubela, atau penyakit menular lainnya yang kronis akan berakibat negatif terhadap perkembangan bayi yang dikandungnya. Maka dari itu pada waktu mengandung sangatlah penting ibu menjaga kesehatan dan sangat tepat bila selalu memeriksakan diri secara berkala pada dokter ahli kandungan.

3. Menjaga Ketenangan Batin

Maksudnya pada waktu ibu mengandung haruslah menjaga kesehatan jiwanya, seperti kestabilan emosi, jangan terlalu banyak memikirkan problem rumah tangga, bersusah hati, dan marah yang ditahan.

Faktor mengatur makanan, menjaga kesehatan, dan menjaga ketenangan batin bila cukup terpenuhi oleh ibu akan membantu perkembangan bayi dalam kandungan. Sebaliknya, jika tidak atau kurang terpenuhi dapat berpengaruh terhadap perkembangan bayi yang akan dilahirkan. Bahkan dapat terjadi bayi prematur atau mini, super mini. Perlu pula diketahui lamanya masa kandungan yang normal lebih kurang sembilan bulan dengan berat badan sekitar 21/2 kg.

Bayi yang dilahirkan secara fisik tidak normal atau kurang normal, bila kesehatannya setelah lahir kurang terjamin dan orang tua kurang pula memberikan perhatian, kasih sayang, akan menyebabkan taraf kecerdasan anaknya di bawah normal. Sebaliknya, bila kesehatan terjamin, cukup mendapat kasih sayang dan orang tua berusaha merangsangnya dengan menciptakan lingkungan kreatif, masih dapat diharapkan perkembangan taraf kecerdasannya normal.

Semua orang tua mengharapkan anaknya memiliki taraf kecerdasan yang normal dengan harapan pada masa dewasa kelak menjadi orang yang berguna bagi keluarga, agama, bangsa dan negaranya. Untuk terwujudnya tujuan ini orang tua selain memerhatikan faktor pre-natal kiranya perlu pula menghayati faktor setelah melahirkan atau masa post-natal. Bayi yang sehat dan normal waktu dilahirkan belum tentu sehat dan normal pada masa dewasanya. Kiranya pula perlu orang tua menghayati faktor setelah melahirkan.

B. Masa Post-Natal

Faktor-faktor yang sangat penting diperhatikan orang tua dalam membantu perkembangan taraf kecerdasan setelah anak dilahirkan sebagai berikut:

1. Menanamkan Jiwa Kasih Sayang

Kasih sayang orang tua merupakan modal utama dalam mengembangkan taraf kecerdasan anak. Orang tua merupakan lingkungan pertama dan utama yang sangat berpengaruh terhadap perkembangan anak. Anak yang kurang mendapatkan kasih sayang orang tua secara langsung akan berpengaruh terhadap perkembangan kecerdasannya. Bahkan akan berpengaruh terhadap perkembangan kepribadian anak. Kasih sayang yang dimaksud ialah keharmonisan antara ayah, ibu, anak dan seisi rumah yang akan menjadikan anak merasa aman dan dikasihani, merasa dirinya diterima dikeluarga, maka anak tidak akan segan-segan menemukan ide dan keinginannya untuk melakukan berbagai kreativitas. Kasih sayang yang demikian akan dapat menunjang kecerdasan anak.

2. Menjaga Kesehatan Anak

Kasih sayang orang tua sangat penting bagi kesehatan anak. Air susu ibu merupakan makanan bayi yang paling utama dan pertama bagi kesehatan dan perkembangan anak, karena air susu mengandung anti penyakit di antaranya diare dan air susu ibu dapat dicerna oleh anak dalam waktu relatif singkat karena bervolume 0,003-0,004 mikron. Adapun susu sapi bervolume 0,007-0,009 mikron yang dalam waktu satu jam belum tentu dapat dicerna.

Sangatlah penting bagi orang tua menjaga kesehatan anak terutama dengan menjaga hubungan yang harmonis dalam keluarga, senantiasa memeriksakan kesehatan anaknya pada dokter anak, menjaga agar anak jangan sampai jatuh terutama sekitar bagian kepala, karena perkembangan struktur otak paling pesat pada saat umur dua tahun.

3. Mengembangkan Kreativitas Anak

Maksudnya agar anak dirangsang untuk mempunyai inisiatif dan berkarya. Kreativitas merupakan faktor sangat penting untuk diperhatikan perkembangannya, karena faktor ini sangat berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari. Mengembangkan kreativitas anak

sebaiknya pada umur balita. Ini disebabkan kreativitas sangat erat hubungannya dengan perkembangan taraf kecerdasan.

Sebagai orang tua perlu menyadari bahwa dalam mengembangkan kreativitas tidaklah dapat bersikap acuh tak acuh, apalagi banyak komentar. Seperti: "Jangan berbuat begitu!", "Itu bukan pekerjaanmu," "Kamu sok pintar!" Ucapan yang demikian akan mematikan dorongan kreativitas anak. Orang tua juga jangan terlalu mendorong apalagi memaksanya untuk berkreativitas, tetapi sebaiknya merangsang agar anak mempunyai inisiatif dan motivasi untuk mengembangkan kreativitasnya. Kreativitas yang dapat diberikan antara lain dapat berbentuk kreativitas bermain, berbicara dan berpikir.

C. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Anak

Selain faktor otak sebagai penunjang, adapun faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecerdasan anak. Setiap anak memiliki kecerdasan yang berbeda-beda. Perbedaan kecerdasan ini dapat dilihat dari tingkah laku dan perbuatannya. Adanya perbedaan kecerdasan ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain:

1. Faktor Keturunan/Hereditas

Berdasarkan teori Nativisme dari Schopenhauer & Lombrosso mengatakan bahwa, perkembangan individu ini tergantung sepenuhnya pada faktor hereditas. Maksudnya hereditas adalah proses penurunan sifat-sifat atau ciri-ciri dari satu generasi ke generasi berikutnya melalui plasma benih.

Sifat yang dibawa anak sejak lahir merupakan perpaduan antara kromosom ayah dan ibu. Dalam hal ini yang diturunkan adalah strukturnya, artinya bukan bentuk-bentuk tingkah lakunya melainkan ciri-ciri fisik yang ditentukan oleh keturunan, antara lain struktur otak. Kecerdasan sangat bergantung kepada ciri-ciri anatomi otak dan fungsi otak. Apabila kedua orang tua ini memiliki faktor hereditas cerdas, kemungkinan dapat menurunkan anak-anak yang cerdas pula.

2. Faktor Lingkungan

Maksudnya ialah segala sesuatu yang ada di sekeliling anak yang mempengaruhi perkembangannya, antara lain:

1) Gizi

Kadar gizi yang terkandung dalam makanan mempunyai pengaruh yang besar terhadap perkembangan jasmani, rohani, dan inteligensi serta menentukan produktivitas kerja seseorang. Seandainya terjadi kekurangan pemberian makanan yang bergizi, maka pertumbuhan dan perkembangan anak yang bersangkutan akan terhambat, terutama perkembangan otaknya atau mental.

Apabila otak tidak dapat tumbuh dan berkembang secara normal, maka fungsinya pun akan kurang normal pula akibatnya anak menjadi kurang cerdas pula.

2) Pendidikan

Di samping pemberian gizi yang baik faktor pendidikan sangat mempengaruhi perkembangan mental anak. Misalnya, anak lahir dengan potensi cerdas, maka dia akan berkembang dengan baik pula. Sebaliknya meskipun anak memiliki potensi cerdas tetapi tidak mendapatkan pendidikan, maka perkembangan kecerdasannya mengalami hambatan.

Faktor-faktor tersebut tidak dapat berdiri sendiri-sendiri tetapi saling pengaruh mempengaruhi. Sebab meskipun pendidikan baik, pemberian gizi makanan cukup baik tetapi kalau potensi anak kurang cerdas, maka tidak akan sempurna bila disertai dengan potensi yang baik juga. Begitu juga potensi yang cerdas tetapi lingkungan kurang menguntungkan, maka perkembangan kecerdasan mengalami hambatan.

3. Ciri-ciri Kecerdasan pada Anak

Ciri-ciri yang dimiliki oleh anak dari masing-masing kecerdasannya, antara lain:

a. Kecerdasan Linguistik

Anak dengan kecerdasan linguistik yang berkembang dengan baik mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

- Mampu mendengar dan memberikan respons pada kata-kata yang diucapakan dalam suatu komunikasi verbal.
- Mampu menirukan suara.
- Mampu belajar melalui pendengaran, bahan bacaan, tulisan.
- Mampu mendengar dengan efektif, serta mengerti dan mengingat apa yang telah didengar.
- Mampu berbicara dan menulis dengan efektif.
- Mampu membaca dan mengerti apa yang dibaca.
- Mampu meningkatkan kemampuan berbahasa yang digunakan untuk berkomunikasi sehari-hari.
- Tertarik pada berbicara atau menyampaikan suatu cerita.
- Memiliki kemampuan menceritakan dan menikmati humor.

Kecerdasan linguistik ini tidak hanya mampu dalam menulis dan membaca. Kecerdasan ini mencakup kemampuan berkomunikasi karena berkomunikasi yang baik tidak hanya berbicara tetapi anak juga perlu melatih pendengarannya.

b. Kecerdasan Logika-Matematika

Anak dengan kecerdasan logika-matematika yang berkembang dengan baik mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

- Mampu mengamati objek yang ada di lingkungan.
- Mengenal dan mengerti konsep jumlah, waktu, dan prinsip sebab akibat.
- Mampu dan menunjukkan kemampuan dalam memecahkan masalah yang menuntut pemikiran.
- Mampu mengamati dan mengenali pola dan hubungan.

Walaupun kecerdasan ini sangat penting, namun tidak berarti kecerdasan ini lebih unggul daripada kecerdasan lainnya, karena hal

ini disebabkan pada setiap jenis kecerdasan terdapat proses logika dan metode pemecahan masalah yang spesifik, yang khusus untuk masing-masing kecerdasan. Setiap kecerdasan mempunyai mekanisme, prinsip-prinsip, sistem operasi, dan media yang tidak dapat diungkapkan oleh kecerdasan logika-matematika ini.

c. *Kecerdasan Visual-Spasial*

Anak dengan kecerdasan ini yang berkembang dengan baik mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

- Belajar dengan cara mengamati dan melihat, mengenali wajah, objek, bentuk dan warna.
- Mampu mengenali lokasi dan jalan keluar.
- Suka mencoret-coret, menggambar, melukis, dan membuat patung atau bentuk misal: dari platisin.
- Mempunyai kemampuan imajinasi yang baik.

d. *Kecerdasan Gerak Tubuh*

Anak dengan kecerdasan ini mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

- Suka memegang, menyentuh, atau bermain apa saja yang sedang dipelajari.
- Mempunyai koordinasi fisik dan ketepatam waktu yang baik.
- Menyukai pengalaman belajar yang nyata seperti permainan, *role play* dan membangun model.
- Menciptakan pendekatan baru dengan menggunakan keahlian fisik seperti dalam menari, olahraga, atau aktifitas lainnya.

Kecerdasan gerak tubuh tersebut merupakan dasar dari pengetahuan manusia karena pengalaman hidup yang dirasakan alami melalui pengalaman yang berhubungan dengan gerakan dan sensasi pada tumbuhnya fisik.

e. *Kecerdasan Musikal*

Anak dengan kecerdasan musikal yang berkembang baik mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

- Mendengarkan dan memberikan respons dengan minat yang besar terhadap berbagai jenis suara.
- Menikmati dan mencari kesempatan untuk dapat mendengarkan musik atau suara alam.
- Mengumpulkan musik baik dalam bentuk rekaman maupun dalam bentuk tulisan.
- Mampu bernyanyi atau bermain alat musik.
- Senang melakukan improvisasi dan bermain dengan suara.

Kecerdasan musikal tersebut adalah jenis kecerdasan yang paling awal berkembang. Sejak bayi masih dalam kandungan, bayi telah belajar mendengarkan suara detak jantung dan suara ibunya.

f. Kecerdasan Interpersonal

Anak dengan kecerdasan interpersonal yang berkembang baik mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

- Membentuk dan mempertahankan suatu hubungan sosial.
- Mampu berinteraksi dengan orang lain.
- Mengenali dan menggunakan berbagai cara untuk berhubungan dengan orang lain.
- Mengerti dan berkomunikasi dengan efektif baik dalam bentuk verbal maupun nonverbal.

Anak dengan kecerdasan interpersonal yang baik suka berinteraksi dengan anak yang lain seusianya. Mereka memiliki kemampuan untuk mempengaruhi kawannya dan biasanya sangat menonjol dalam melakukan kerja kelompok.

g. Kecerdasan Intrapersonal

Anak dengan kecerdasan intrapersonal yang berkembang dengan baik mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

- Mampu menyadari dan mengerti arti emosi diri sendiri dan emosi orang lain.
- Mampu bekerja secara mandiri.
- Mampu mengembangkan kemampuan belajar yang berkelanjutan.

Kecerdasan intrapersonal meliputi pikiran dan perasaan. Kecerdasan tersebut terbentuk dan berkembang sebagai gabungan dari unsur keturunan, lingkungan, dan pengalaman hidup. Hubungan emosional di antara anak dan ibunya akan memberikan perasaan rasa aman secara emosional. Jika rasa aman ini terus ditumbuhkembangkan, maka akan tumbuh suatu identitas diri yang baik pada anak.

h. Kecerdasan Naturalis

Anak dengan kecerdasan naturalis yang berkembang dengan baik memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- Menjelajahi lingkungan alam dan lingkungan manusia dengan penuh keterkaitan dan antusias.
- Suka mengamati, mengenali, berinteraksi, atau peduli dengan objek, tanaman atau hewan.
- Ingin mengerti bagaimana sesuatu itu bekerja.
- Senang memelihara tanaman atau hewan.
- Kecerdasan ini berkembang sebagai kebutuhan untuk mempertahankan hidup di alam bebas.

D. Meningkatkan Kecerdasan pada Anak

Hal terpenting dalam rangka meningkatkan kecerdasan pada anak prasekolah ialah melihat kemampuan anak. Anak dengan potensi kecerdasan tinggi, biasanya akan cepat menangkap apa yang diajarkan karena memang daya ingatnya kuat. Diberitahu secara verbal saja, si anak telah mengerti. Sementara anak yang potensi kecerdasannya lambat, perlu lebih banyak waktu dan harus disertai contoh berulang kali. Yang lebih penting bagaimana orang tua mengetahui potensi kecerdasan anaknya, lalu berupaya membuat anaknya jadi cerdas.

Ingat, kecerdasan dipengaruhi oleh faktor bawaan dan lingkungan. Jadi, kecerdasan tak muncul begitu saja tetapi harus melalui pendidikan. Itu sebabnya, peran lingkungan, baik di rumah dan sekolah sangat besar. Tentu saja meningkatkan kecerdasannya tidak hanya dari satu aspek, tetapi secara keseluruhan.

Orang tua pun harus pandai-pandai melakukan pendekatan pada anak karena tiap anak ialah unik. Ada anak yang tak dapat dikerasi, ada pula yang mesti dikerasi. Jadi, kenali dengan baik karakter masing-masing anak. Caranya, dapat dari media, dan pengalaman ang kemudian diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Semua sarana yang ada di sekitar kita dapat membantu memperluas pengetahuan dan wawasan anak untuk meningkatkan kecerdasannya. Selain sarana formal yang khusus dibuat untuk menambah pengetahuan anak misalnya sekolah, masih banyak lagi sarana lain yang dapat digunakan. Sarana-sarana ini mungkin saja telah disediakan oleh pemerintah atau masyarakat di sekitar, tetapi belum ada, tak ada salahnya bila kita berusaha menyediakannya. Yang perlu di ketahui ialah bagaimana kita menggunakan sarana ini agar anak memperoleh pengetahuan untuk meningkatkan kecerdasannya. Misalnya dengan kegiatan pergi ke tempat rekreasi, kebun binatang, museum, menonton televisi dengan pengawasan dari orang tua, membuka buku cerita atau bergambar, dan mainan, karena mainan ialah benda yang paling akrab dalam dunia anak.

Meningkatkan kecerdasan anak dapat dilakukan dengan cara:

1. Menjadi pendengar yang efektif bagi anak.
2. Melatih keahlian berbicara anak misalnya dengan mengarang cerita buku bergambar dengan memilih objek secara acak.
3. Bermain dengan angka dan mencari urutan cerita.
4. Melatih kemampuan berkomunikasi efektif secara verbal dan nonverbal.
5. Bekerja sama dalam suatu kelompok.
6. Simpati dan empati terhadap anak.
7. Bermain drama atau simulasi.
8. Menikmati suasana dan keberadaan di alam terbuka.
9. Mempelajari dunia flora dan fauna bersama anak
10. Mempelajari fenomena dan rantai makanan bersama anak

Dari sekian banyak cara untuk meningkatkan kecerdasan anak

masih banyak lagi yang dapat dilakukan oleh orang tua atau guru sesuai dengan kemampuan yang dimiliki oleh anak.

KESIMPULAN

Dari pembahasan ini dapat disimpulkan, bahwa pada masa prenatal bayi dalam kandungan mempunyai perkembangan dan pertumbuhan otak yang normal, maka anak ini nantinya akan menjadi manusia yang cerdas dan berinteligensi tinggi. Mencerdaskan anak dan mengupayakan anak berbakat dan sehat dimulai sejak bayi berada dalam kandungan.

Banyak orang tua yang ingin anaknya memiliki kecerdasan tetapi banyak orang tua yang pada saat mengandung tidak mempertimbangkan kesehatan dan kesejahteraan anak dengan baik. Kondisi yang kurang memperoleh perhatian yang sangat serius, maka perkembangan inteligensi anak kelak dapat mengalami hambatan atau gangguan perkembangan. Oleh sebab itu, jika ingin anak yang cerdas sebagai orang tua harus selalu menjaga gizi dan kesehatan serta memberikan sentuhan lembut dan perhatian.

Peran orang tua untuk menanamkan rasa aman kepercayaan pada anak sangat penting. Gagalnya penanaman rasa aman pada anak cenderung akan menimbulkan keraguan dan rasa kurang percaya diri pada anak. Selain itu, untuk menumbuhkan kecerdasan pada anak dapat melalui memberikan fasilitas yang baik seperti menyediakan mainan yang sifatnya merangsang kecerdasan otak anak.

Perkembangan fisik dan otak anak dengan memberikan gizi atau nutrisi yang penuh. Perkembangan otak anak tidak dapat diabaikan. Pertumbuhan otak anak dimulai dari janin, kemudian berkembang setelah bayi lahir, hingga usia 3-5 tahun. Satu-satunya hubungan anak dengan dunia luar yang menyangkut perkembangan otak atau pikiran ialah melalui pancaindra, melalui apa yang didengar, dilihat, diraba, dan dibaui. Otak anak berkembang apabila pancaindra mengalami apa yang telah dibangun otak dalam hubungan dengan kenyataan.

Vitamin yang penting untuk otak agar anak jadi cerdas yaitu: vitamin E, vitamin C, dan vitamin C.

Setiap orang tua mengharapkan anak-anaknya tumbuh secara sehat dan memiliki bekal yang baik untuk hidup.

Beberapa faktor yang membentuk inteligensi ialah faktor genetik dan lingkungan. Faktor genetik tidak selalu mempengaruhi inteligensi anak. Namun yang mempengaruhi kecerdasan anak ialah faktor lingkungan. Dengan gizi yang baik, ditambah kondisi psikologi yang mendukung, menjadi penentu kecerdasan anak.

Sebagai orang tua yang baik harus memberikan yang terbaik bagi anaknya seperti memberikan kenyamanan, kasih sayang, dan perhatian yang wajar pada anak.

Kecerdasan merupakan suatu hal yang penting baik dimulai sejak dalam kandungan hingga lahir ke dunia ini karena merupakan hal yang terindah dari yang dimiliki oleh setiap anak, walaupun kecerdasan yang dimiliki oleh anak itu berbeda-beda. Dari perbedaan ini dapat dilihat dari faktor-faktor dan ciri-ciri serta peran orang tua dalam meningkatkan kecerdasan anaknya.

Untuk meningkatkan kecerdasan pada anak prasekolah orang tua dan guru harus lebih fokus pada anak dalam mendidik dan mengawasi setiap perubahan yang terjadi. Karena pengaruh lingkungan sangat menentukan kecerdasan pada diri anak.

SARAN

Hasil penulisan ini, penulis mengajukan saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat yang baik dan berguna bagi semua kalangan, yang antara lain diberikan kepada:

1. Orang tua
   Setiap anak pada dasarnya cerdas namun kecerdasan yang menonjol dari anak dapat digali dan kemudian dikembangkan. Orang tua harus memercayai kemampuan anak.

2. Guru
   Sebagai seorang guru harus memberikan yang terbaik bagi anak didiknya, dan dapat bermanfaat bagi tumbuh kembang anak dalam meningkatkan kecerdasan.
3. Masyarakat
   Kecerdasan merupakan modal tak ternilai bagi anak untuk mengarungi kehidupan di hadapannya. Untuk segala lapisan yang secara langsung atau tidak langsung membantu dalam mendidik putra putrinya.

KECERDASAN SPIRITUAL

Tidak dipungkiri manusia hadir dan tercipta sebagai individu yang unik, masing-masing mambawa corak yang berbeda dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Keragaman corak dan perilaku ini dipengaruhi oleh faktor lingkungan yang ada disekitarnya. Setiap individu nantinya akan terus mempengaruhi kehidupan. Pada masa mendatang pengaruh lingkungan saat ini memang cukup terasa, baik pengaruh yang positif maupun negatif. Pengaruh lingkungan seperti ini dalam sehari-hari dengan keluarga, teman sebaya, sekolah, dan masyarakat.

Pengaruh lingkungan erat kaitannya dengan moral setiap individu. Namun moral juga memiliki kaitan yang erat dengan keyakinan seseorang. Keyakinan yang dimaksud yakni yang erat berupa keyakinan dalam menganut agama. Manusia hanya dilengkapi dengan kecerdasan tidak ada artinya jika tidak diseimbangkan dengan agama.

Manusia lahir di dunia dilengkapi dengan segala kelebihan dan kekurangan, begitu pula dengan anak. Anak adalah anugerah yang diberikan Tuhan, namun saat ini banyak dijumpai orang tua atau lingkungan sekitar yang kurang menghargai keberadaannya.

Setiap anak normal pasti memiliki kecerdasan. Kecerdasan anak tidak akan berkembang ataupun mengalami kemajuan. Tanpa dukungan dan arahan dari orang tua, guru, bahkan lingkungan yang sehat. Lingkungan yang dikenal anak berawal dari lingkungan keluarga.

Keluarga merupakan titik awal pembentukan kepribadian anak yang selanjutnya mempengaruhi tahap perkembangan anak selanjutnya.

Anak cerdas merupakan dambaan setiap orang tua. Orang tua mana pun akan sangat senang jika anaknya tumbuh sehat dan cerdas. Namun sangat disayangkan jika ada keluarga yang kurang mendukung anaknya. Orang tua yang baik bukan hanya menginginkan anaknya cerdas, namun orang tua yang baik pasti menginginkan anaknya menjadi manusia yang berakhlak dan beragama. Menurut Suwarno dalam buku *Pengantar Umum Pendidikan*. Manusia pada hakikatnya makhluk yang beragama. Jika tidak diterima hakikat ini, maka dalam pendidikan kita harus mengembangkan kesadaran melalui pendidikan agama.[1]

Tugas keluarga, orang tua bukan hanya mengembangkan kecerdasan pada anak, mengasah kreatifitas semata namun tidak kalah penting yakni mengembangkan kesadaran dan membimbing anak dalam pendidikan agama.

A. Pengertian Kecerdasan Spiritual

Orang tua pada dasarnya mempunyai tugas dan tanggung jawab dalam mendidik anaknya, sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang secara wajar. Kecerdasan manusia dapat digunakan untuk mempelajari sesuatu yang baru, menangkap pengertian yang abstrak, merencanakan masa depan, menghubungkan fakta satu dengan lainnya, menggunakan simbol-simbol, menggunakan bahasa tulis dan lisan untuk meningkatkan dan memperluas pengetahuannya, mengingat masa lalu, dan hanya pada manusia dapat mengoordinasikan pikiran dan perasaannya.

Menurut Dr Faisal Jalal, Ph.D dalam Majalah PDU menyatakan bahwa: Kecerdasan berpusat pada stuktur dan fungsi kerja otak, seluruh aktifitas yang dilakukan oleh anak sesungguhnya diatur oleh kerja otak. Maka dapat dikatakan bahwa kualitas kehidupan anak ter-

---

[1] Suwarno, *Penganar Umum Pendidika*n, Aksara Baru, hlm. 45

gantung pada kualitas otaknya. Kualitas otak dibentuk sejak dalam kandungan dan terus meningkat serta berkembang sejak anak dilahirkan. Kerusakan yang dialami otak berdampak terhadap fungsi dan sifat yang mentap seumur hidup.[2]

Menurut Howard Gardner dalam majalah *Ayah Bunda* dinyatakan bahwa: Memandang kecerdasan manusia tidak dengan ukuran kemampuan semata melainkan kemampuan untuk menyesuaikan masalah yang terjadi dalam kehidupan manusia, kemampuan dalam menghasilkan persoalan-persoalan baru untuk diselesaikan, dan kemampuan untuk menciptakan sesuatu atau memberikan penghargaan dalam budaya seseorang.[3]

Pada dasarnya kecerdasan bukan segalanya saat banyak perdebatan mengenai kecerdasan. Namun kecerdasan atau kerap disebut *intelligence quotient* (IQ) saat ini bukan hal penting dan bukan penunjang 100% anak akan berprestasi. Kini *intelligence quotient* hanya menyumbang 20% bagi kesuksesan hidup seseorang karena masih ada lagi kecerdasan emosi (EQ) dan kecerdasan spiritual (SQ) yang berperan 80% dalam kesuksesan hidup seseorang.

Menurut Pamugari, dalam buku *Anak Masa Depan dengan Multi Intellgensi* menyatakan bahwa: *Spiritual quotient* adalah anak dengan paradigma menanamkan keimanan dan kesadaran rohani.[4]

Dijelaskan oleh Dr. Faisal Jalal Ph.D. dalam majalah *PADU* menyatakan bahwa arti dari kecerdasan spiritual (SQ) ialah tidak hanya terkait dengan, akan, atau penalaran tetapi juga dengan jiwa dan hati atau roh. Selanjutnya, menurut penelitian oleh Sientar yang dikembangkan Sukidi dalam artikel bahwa kecerdasan spiritual disadarkan oleh hati, maka anak pada masa kecil mengerti bahwa kecerdasan dan

---

[2] Jalal Faisal, *Mengenal Beragam Kecerdasan Anak* (Majalah PADU, 2006), hlm. 17.

[3] Gardner Howard, *Majalah Multy Intelegences*: Seri Ayah Bunda", 2006, hlm. 6.

[4] Pemugari, *Anak Masa Depan dengan Multi Inteligensi*, Pradipta, Yogyakarta, 2005, hlm. 126.

kebijakan akan menjadi sesuatu yang berakhir menyenangkan. Jadi kecerdasan spiritual adalah pemikiran yang terilhami apa yang terkandung dalam spiritual.[5]

Kecerdasan spiritual disebut-sebut sebagai salah satu kecerdasan yang paling tinggi dibanding kecerdasan-kecerdasan spiritual atau *spiritual quotient* tidak harus berhubungan dengan agama semata. Menurut Roberts A. Emmons, dalam bukunya *The Psycology of Ultimate Conrens,* menyatakan bahwa: SQ adalah kecerdasan jiwa yang dapat membantu seseorang membangun jiwa secara utuh. Dalam kaitan dengan ini SQ tidak bergantung pada budaya. Tidak mengikuti nilai-nilai itu sendiri.[6] Sebenarnya, SQ dalam ilmu psikologi menyatakan bahwa; SQ merupakan bagian dari aliran humanistis yang didasari pada berbagai persoalan sosial dalam masyarakat yang beberapa sifatnya memang terlihat keagamaan.

Selanjutnya, menurut Khalil Khavari dalam buku *Anak Masa Depan dengan Multi Inteligensi* dinyatakan bahwa: Kecerdasan spiritual adalah kecakapan dalam dimensi nonmateriil dan jiwa. Kecerdasan ini juga memberikan kita kekuatan untuk selalu merasa bahagia dalam keadaan apapun, dan bukan disebabkan oleh sesuatu.[7]

Sehubungan dengan macam-macam teori serta beberapa pengertian kecerdasan spiritual yang beraneka ragam, namun perlu diketahui bahwa SQ merupakan fasilitas yang berkembang berjuta-juta tahun dan memungkinkan otak menemukan serta menggunakan makna dalam memecahkan persoalan terutama masalah-masalah yang menyangkut kesedihan dan kekhawatiran. Orang-orang yang mempunyai SQ tinggi, umumnya mampu mengatasi berbagai masalah dengan baik dan sabar.

---

[5] Sudiki, *Kecerdasan Spiritual Anak*, www. Google. Com, Jakarta.

[6] Emmons Roberts, *The Psychology of Ultimate Concers*: *Multiple Intelligences*, Pradipta, Yogyakarta 2005, hlm. 80.

[7] Khavari Khalil, *Anak Masa Depan dengan Multi Inteligensi*: Pradipta, Yogyakarta 2005, hlm. 182.

Anak-anak saat ini adalah orang yang masih butuh bimbingan. Tetapi kelak dia akan menjadi orang tua dan pemimpin (paling tidak menjadi pemimpin rumah tangga). Ini sudah merupakan hukum alam yang telah ditetapkan oleh Tuhan. Maka setiap generasi pasti akan memberikan tanggung jawab kepada anak-anaknya dan ini dalam waktu yang relatif singkat, tidak lebih dari seratus tahun, yakni pada saat generasi sebelumnya telah "punah" dan disusul oleh generasi berikutnya. Dengan demikian, merupakan keharusan untuk memberikan perhatian intensif kepada mereka sejak mereka lahir ke dunia. Dan ini tugas utama orang tua, serta orang-orang yang punya tanggung jawab (para kerabat dekat).

Dengan demikian, ayah atau ibu masa depan ini akan tumbuh dengan sempurna, jika telah mendapatkan pengarahan dan petunjuk yang baik dan sempurna sejak masa kanak-kanak. Terutama pengaruh yang misalnya saja bernuansa religius dan berlandaskan pendidikan agama, yang sangat perlu dipertegas bahwa anak merupakan amanat Allah (Tuhan Yang Maha Esa) yang dibebankan di pundak para orang tua. Perhatian yang menyeluruh (dalam segala aspek, mulai dari aspek spiritual, intelektual, fisik, akhlak, dan aspek pendidikan) harus diberikan oleh orang tua. Tentu sebelum ini mereka juga harus diperkenalkan mengenai: Apa itu Tuhan?

Penyiapan mental dan pendidikan yang benar kepada anak merupakan tiang yang sangat kuat mengakar, sehingga proses pembangunan ini menjadi sempurna. Sebuah penguatan tiang-tiang umat manusia yang suatu saat akan mengikuti tanggung jawab besar ketika telah tiba pada masanya. Oleh karena itu, kita banyak mendapatkan berbagai golongan manusia di muka bumi ini yang mempersiapkan berbagai program yang lebih berorientasi terhadap upaya memberikan perhatian yang intensif terhadap anak-anak, dari sisi kehidupan mereka. Hal ini penting, karena ketika anak-anak mulai mengerti dan memahami kehangatan kasih sayang serta merasakan adanya perhatian dari orang-orang di sekelilingnya (orang tua), proses perkembangan dan pertumbuhan yang mengarah pada kematangan akan menjadi lebih sempurna, sesuai dengan apa yang diharapkan, sempurna psiko-

fisik, serta akal-intelektualnya. Di pihak lain, masyarakat akan menaruh kepercayaan kepada mereka serta dapat dinikmati kebaikan ini. Ini semua berkat adanya perhatian, perlindungan, cinta, dan kasih yang diberikan kepada anak. Dari adanya perhatian masyarakat ini, pada perkembangan selanjutnya mereka akan mulai mengerti serta memahami sebuah tanggung jawab. Puncaknya masyarakat akan menemukan jerih payah mereka, yaitu anak-anak tersebut menjadi laki-laki yang tangguh siap menjalankan seluruh tanggung jawabnya.

Sejak dahulu, kita sering mendengar peribahasa atau semacam ungkapan bahwa; *Siapa menanam, maka dia akan menuai buahnya*. Maka perhatian yang kontinu terhadap anak-anak akan terus dibutuhkan. Sebagaimana kita ketahui bahwa, pendidikan yang diberikan kepada anak ketika mereka masih kanak-kanak akan memiliki pengaruh kuat dalam jiwa mereka. Karena masa ini memang merupakan masa persiapan dan pengarahan. Anak-anak, pada masa ini oleh para filsuf pendidikan (seperti Aristoteles serta penganut empirisme) di umpamakan seperti kertas putih (tabula rasa). Dengan demikian, masyarakat yang baik adalah masyarakat yang memiliki perhatian serius terhadap anak-anaknya. Sebab kelak ketika sudah besar, mereka akan memikul tanggung jawab umatnya. Sebaiknya, jika hak-hak mereka dilalaikan dan tidak diperhatikan, maka konsekuensi negatiflah yang mereka rasakan. Oleh karena itu, cukup bijak orang mengatakan segera berikan pendidikan kepada anak-anak sebelum kesibukan datang bertumpuk.

Dengan demikian, perhatian dan pemahaman keluarga (orang yang memiliki tanggung jawab mengasuh dan mendidik anak) tentang peran anak-anak di masa depan akan menjadi motivasi utama untuk mencurahkan segala perhatian yang dimiliki terhadap perkembangan mereka. Sehingga hal-hal positif yang ditimbulkan anak dapat dinikmati bersama, baik secara individual ataupun kelompok sosial. Namun sebaliknya, jika mereka dibiarkan begitu saja (dalam perkembangannya), maka akan lahirlah berbagai bencana (hal-hal negatif) yang akan menimpa keharmonisan keluarga atau lebih luas lagi masyarakat. Ini semua karena anak dibiarkan berkembang di jalan yang salah,

sehingga sampai pada masa kehidupan yang memang cenderung miring. Lebih naïf lagi, keadaan ini pada akhirnya akan berubah menjadi kecenderungan untuk melakukan tindakan kriminal. Ada peribahasa yang mengatakan: *Mencegah lebih baik daripada mengobati*. Segala upaya serta harta yang dikeluarkan untuk pengobatan akan lebih banyak dibandingkan dengan yang dikeluarkan dalam rangkan pencegahan.

Di sisi lain kita tahu pasti, bahwa keluarga memiliki peranan penting dalam pendidikan anak. Oleh karena itu, kita mesti memiliki perhatian khusus terhadap keluarga. Karena keluarga merupakan tempat awal bagi anak untuk pertama kalinya anak mendapat pengetahuan untuk kemudian bergabung dengan masyarakat luas dan otomatis mereka menjadi bagian dari masyarakat ini yang sama sekali tidak dapat dilepaskan. Maka arahkan anak serta berikan penjelasan tentang masalah agama sesuai dengan kemampuan serta perkembangan umur mereka sesederhana mungkin dan dengan kata atau bahasa yang mudah dimengerti anak di samping pemberian contoh yang baik.

B. Mengenalkan Konsep Kecerdasan Spiritual pada Anak

Spiritual adalah dasar bagi tumbuhnya harga diri, nilai-nilai, moral, dan rasa memiliki. Spiritual memberi arah dan arti pada kehidupan. Spiritualitas adalah kepercayaan akan adanya kekuatan nonfisik yang lebih besar dibanding kekuatan diri kita. Spiritualitas adalah suatu kesadaran yang menghubungkan kita langsung dengan Tuhan.

Kondisi masyarakat yang hampa moral, nilai-nilai luhur, dan hampa hukum ditambah hal-hal negatif dari televisi serta internet dan lingkungan serta sistem pendidikan dunia modern yang lebih menekankan pada materi dan tercapainya prestasi, semakin mengubur jiwa suci anak-anak. Rasa prihatin akan terabaikannya spiritualitas akan memunculkan konsep terbaru yang terkait dengan kecerdasan spiritual anak yakni *Sspiritual parenting* (SP). *Spiritual parenting* merupakan sistem pengasuhan anak dengan paradigma menanamkan keimanan dan kesadaran rohani. Metode ini tergolong baru karena menggunakan

paradigma holistis dalam memandang manusia. Menurut Pamugari, seorang psikolog Universitas Indonesia selama ini paradigma pendidikan di Indonesia bersifat parsial, yaitu aspek rohaniah sering diabaikan ketimbang aspek fisik dan intelektual.

Pendidikan agama tidak cukup untuk membangun spiritualitas anak, karena pendidikan agama agak bertentangan dengan konsep *spiritual parenting* walaupun tujuan akhirnya ialah sama yakni menjadikan anak lebih bermoral. Namun menurut konsep *spiritual parenting* pendidikan agama biasanya telah diformat dan kebanyakan lebih menekankan pada ritus-ritus, syariat-syariat, dan tradisi yang lebih menekankan pada ibadah sosial dan kurang menekankan pada *inner self* atau dunia dalam anak.

Proses pengasuhan anak dalam SP, berwawasan lebih luas dan mendalam. Karena membantu menyadarkan anak sedini mungkin bahwa meraka merupakan ciptaan Tuhan dan bagian dari keseluruhan alam semesta. Mengasuh anak dengan perspektif SQ merupakan cara yang mudah dan alami untuk berinteraksi dengan anak-anak. Spiritualitas hadir secara rutin dalam kehidupan sehari-hari sebuah keluarga dapat membuat peristiwa sehari-hari sebagai keajaiban. Percakapan saat makan malam, melakukan tugas sehari-hari, mendongeng sebelum tidur, berpotensi untuk menjadi momen-momen suci. *Spiritual parenting* (SP) merupakan metode baru yang merangsang anak untuk berpikir tentang Tuhan. Teologinya memberikan pencitraan Tuhan yang mencintai yang begitu tinggi dan luas, sehingga menghindarkannya dari pengaruh buruk lingkungan atau masyarakat karena mereka telah memiliki kendali atas diri mereka sendiri. Jika anak-anak merasakan kehadiran Tuhan dalam setiap aspek kehidupan, mereka tidak akan tumbuh menjadi manusia sekuler yang memisahkan kehidupan agama dari kehidupan sehari-hari. Mereka akan menyadari bahwa beribadah dalam kehidupan sama dengan beribadah dalam agama.

Spiritual parenting (SP) bukanlah cara baru untuk membantu para orang tua menjalankan peran mereka dan bukan pula konsep pola asuh dengan “formula khusus”. *Spritual parenting* (SP) hakikat-

nya adalah sikap dan kesadaran untuk mengakui, mencintai, dan menghargai anak secara utuh. *Spiritual parenting* (SP) merupakan cara untuk mengisi jiwa anak-anak menjadi indiviu yang hangat atau bersemangat. Anak adalah insan spiritual, begitu pula dengan orang tua. Bersatunya insan spiritual akan semakin membuat kehidupan keluarga kian tenteram. Cara paling awal ialah membangkitkan rasa ingin tahu anak terhadap agama dengan sendirinya. Ini dapat dilakukan dengan memberi contoh bagaimana orang tua beribadah, sehingga anak akan tertarik untuk mengetahui agama lebih lanjut.

Kehidupan sehari-hari Anda, sebetulnya banyak bernuansa spiritual. Ada banyak cara dan momen yang dapat dimanfaatkan untuk mengasah spiritual, spiritualitas anak. Misalnya memenuhi semua kebutuhan emosi dan sosial anak, menjadi panutan yang baik dihadapan anak atau menjadi orang tua spiritual, memimpin doa saat melakukan aktifitas bersama, meminta maaf pada anak bila kita (orang tua) melakukan kesalahan, mengajak anak mengunjungi kerabat atau tetangga yang tengah tertimpa musibah.

Menularkan nilai spiritual, seperti dikatakan psikolog Fauzil Adhim, sama halnya dengan menanamkan aspek dasar pendidikan moral. Untuk mempelajarinya menurut Fauzil, anak terlebih dahulu akan mengidentifikasikan dirinya dengan *significant person*. Dalam hal ini, figur terdekat dan berpengaruh ialah orang tuanya, terutama pihak ayah yang memang bertugas untuk ini.

Sebagai pemimpin spiritual, seorang ayah sedapat mungkin harus dapat membawa spirit agama dalam kehidupan sehari-hari keluarga, khususnya dalam pengasuhan anak. Namun masih banyak ayah yang belum berfungsi sebagai "pemimpin spiritual" dalam keluarga. Banyak ayah yang mendelegasikan tugas mengembangkan kehidupan spiritual anak pada pihak lain, seperti guru agama atau guru sekolah minggu, ketimbang melakukan sendiri.

Menanamkan nilai-nilai spiritual juga dapat dilakukan dalam kebersamaan, misalnya dengan membiasakan berdoa bersama-sama (pada waktu makan dan bepergian) dan menumbuhkan kebiasaan saling mendoakan. Cara yang paling sederhana yaitu dengan bersikap

jujur pada anak. Jika ini dimiliki, anak akan belajar menghormati dan memandang hal ini sebagai representasi spiritualitas orang tua.

Anak merupakan anugerah terindah yang diberikan oleh Tuhan. Tuhan membentuk seorang anak sejak masih berada dalam rahim ibunya. Jadi, orang tua harus benar-benar terlibat dalam pertumbuhan dan perkembangan seorang anak, terutama yang berkaitan dengan nilai-nilai moral agama. Mengenalkan agama sejak dini merupakan tugas orang tua yang paling penting.

C. Mengenalkan Konsep Tuhan

Mengenalkan konsep Tuhan kepada anak-anak memang sebaiknya dilakukan sejak dini. Meski demikian, hendaknya dilakukan secara hati-hati, karena salah-salah si kecil salah dalam menerimanya. Mengenalkan konsep Tuhan pada anak, dapat dilakukan sejak dini. Namun orang tua kerap "salah kaprah" dalam memberikan pengertian tentang konsep Tuhan, agar anak mau menurut dan patuh dengan apa yang dikatakan orang tua. Padahal mengenal konsep Tuhan secara salah akan sangat berpengaruh pada pandangan anak terhadap Tuhan, ketika ia telah dewasa kelak. Orang tua kerap menakut-nakuti dengan menyatakan "*jika kamu nakal, nanti akan dihukum Tuhan*." Dengan kata-kata ini, dalam pikiran mereka akan tumbuh bayangan bahwa Tuhan itu "galak" atau "suka menghukum". Tentu saja hal ini tidak benar. Nah, agar orang tua tidak salah kaprah dalam memperkenalkan konsep Tuhan kepada si kecil, berikut ini beberapa langkah yang dapat dilakukan.

1. Berikan Penjelasan Sesuai Usianya

Anak usia prasekolah, masih belum sepenuhnya dapat diberikan penjelasan tentang sesuatu yang bersifat abstrak. Sehingga dalam memberikan penjelasan tentang Tuhan, ada baiknya dilakukan sambil bermain atau dalam berbagai kegiatan keseharian si kecil.

Orang tua juga dapat memperkenalkan konsep Tuhan, melalui sifat-sifat yang dimiliki-Nya. Misalnya, Tuhan itu baik, dan pengasih, penyayang. Dengan mengajarkannya untuk memaafkan temannya,

maka ia akan disayang Tuhan. Dalam memberikan penjelasan, usahakan untuk lebih menekankan pada masalah akhlak dan etika sesuai dengan tahapan usianya.

Telah sewajarnya jawaban-jawaban tersebut menimbulkan pertanyaan baru dari anak, seperti "Tuhan itu siapa?" Dalam menjawab pertanyaan semacam ini, kita harus mencari jawaban yang konkret sehingga dapat dipahami bahwa semua benda yang ada di sekitar kita ada yang membuatnya. Misalnya, kursi, meja, lemari dibuat oleh tukang kayu, Adapun Tuhan menciptakan manusia, pohon.

2. Hindari Konsep Kejam

Pada tahap awal mengenalkan anak tentang Tuhan, hindari penjelasan yang menggambarkan Tuhan sebagai "sosok" yang kejam atau terkesan mengancam bagi anak, "Kalau tidak mau menurut sama mama, nanti kamu masuk neraka." Misalnya kata-kata yang menggunakan Tuhan sebagai sebuah ancaman, akan membaut anak berpikir bahwa Tuhan itu galak, kejam, atau jahat. Akibatnya, anak justru takut kepada Tuhan karena galak, kejam, atau jahat.

Selain itu, secara harfiah, anak usia prasekolah masih belum sepenuhnya mengerti benar akan arti dosa atau neraka. Karena itu, ada baiknya orang tua menghindari kata-kata yang dapat membuat perasaan si kecil menjadi tertekan dan mereka ketakutan.

3. Kenalkan Sejak Dini

Mengajarkan tentang Tuhan kepada anak merupakan tugas penting dan merupakan kewajiban bagi setiap orang tua. Mengenalkan Tuhan pada si kecil, sebaiknya dilakukan sedini mungkin. Hal ini dilakukan dengan mulai menerapkan berbagai nilai keagamaan padanya pada banyak kesempatan dalam kehidupan sehari-hari. Memperkenalkan konsep Tuhan melalui aktivitas keseharian di rumah, akan jauh lebih efektif dibandingkan memperkenalkan konsep Tuhan semata-mata dari penjelasan saja. Hal-hal yang dapat dilakukan, misalnya dengan mulai mengajak si kecil melakukan kegiatan spiritual. Dapat juga dengan mulai mengajarkan kepadanya hal-hal yang bersi-

fat fundamental, seperti nilai-nilai kebaikan, kasih sayang terhadap sesama, dan kejujuran.

4. Berikan Teladan

Orang tua sangat berperan dalam diri anak. Pandangan anak tentang Tuhan pun, sangat dipengaruhi oleh pandangan orang tua tentang Tuhan serta bagaimana penerapannya sehari-hari. Orang tua adalah panutan yang mempengaruhi perkembangan karakter anak kelak.

Keteladanan secara ritual juga sangat diperlukan, misalnya berdoa sebelum dan setelah melakukan makan dan minum. Dengan demikian, anak akan melihat dan lama-kelamaan akan mengikuti apa yang dilihat orang tuanya. Anak pun akan tahu bahwa ada yang le-bih dari ayah-ibu yang tidak terlihat, yang disebut Tuhan atau Allah, yang mendampingi mereka.

Jadi, orang tua bukan hanya mengajarkan tetapi juga melakukan, sebab anak masih membutuhkan segala sesuatu yang bersifat nyata. Nanti setelah besar, akan mulai memahami kehadiran Tuhan itu tanpa harus melihat kehadiran-Nya secara fisik.

5. Sertakan Peran Lingkungan

Dalam memperkenalkan konsep Tuhan pada anak, di samping peran keluarga inti (ayah, ibu, dan anak) kerabat atau orang dewasa lainnya dalam keluarga juga harus tetap ikut dilibatkan. Pada orang tua yang keduanya bekerja, perlu dicari peran pengganti yang dapat ikut membimbing dan mencontohkan anak tentang makna Tuhan, misalnya kakek-nenek atau pengasuh.

Karenanya jika membutuhkan pengasuh, orang tua sebaiknya memilih pengasuh yang dapat membantu memperkenalkan nilai-nilai keagamaan yang dianut keluarga. Namun komunikasi antar-orang tua dan anak harus tetap terjalin sebab walau bagaimanapun, orang tualah yang paling berperan dalam mengisi nilai-nilai rohani pada anak.

Memang sulit bagi orang tua menerangkan arti surga atau neraka kepada seorang anak. Pada usia ini, anak masih belum mengerti jelas tentang berbagai hal yang bersifat abstrak.

"Letak surga di mana, ma?" atau "Tuhan itu bentuknya seperti apa?". Orang tua tentu akan bingung menjawab pertanyaan-pertanyaan semacam ini. Namun mau tidak mau, sebagai orang tua, haruslah pandai menyiasatinya dengan memberikan penjelasan yang dapat diterima oleh nalar anak. Menurut Cheri Burcham, pendidik dari Universitas Illinois, Amerika Serikat nalar anak memang masih belum dapat mengerti tentang hal-hal yang bersifat abstrak. Salah satunya ialah mengenai konsep Tuhan, surga, dan neraka.

Meski begitu, sebagai orang tua, tak perlu khawatir untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan ini, sebab apa pun yang orang tua jelaskan anak akan berusaha menangkap makna sesuai dengan kemampuan nalar anak.

Menurut Mami Doe dan Marsha Walch dalam buku *10 Prinsip Spiritual Parenting* mengungkapkan bahwa seorang anak sebenarnya terlahir sebagai makhluk spiritual. Sekarang tinggal bagaimana orang tua mengasuh dan mengembangkan spiritualisme anak.

Menerangkan arti surga dan neraka pada anak, penting juga maknanya sebagai salah satu batasan antara yang boleh dan tidak boleh.

KESIMPULAN

1. Dalam pertumbuhan dan perkembangan anak banyak sisi yang sangat perlu diperhatikan, faktor keluarga merupakan faktor awal pembentukan anak ke arah selanjutnya.
2. Keluarga merupakan fondasi awal pembentukan karakter anak yang mempunyai pengaruh besar bagi pribadi anak.
3. Anak akan tumbuh menjadi manusia yang berakhlak mulia jika didukung orang tua yang sangat peduli dan perhatian akan pendidikan anak.

4. Pendidikan yang sangat perlu ditekankan oleh orang tua bukan saja pendidikan perilaku anak, namun pendidikan agama mempunyai pengaruh yang sangat besar bagi pembentukan pribadi dan akhlak anak.
5. Lewat penerapan karakteristik kecerdasan spiritual anak akan merasakan kehadiran Tuhan melampaui hal-hal yang bersifat fisik dan materiil, akan mampu menggabungkan kesadaran dalam lingkunan dengan alam semesta yang lebih luas sehingga pengalaman yang anak dapatkan sehari-hari merupakan bagian dari pembelajaran dan penyadaran dirinya.
6. Orang tua merupakan contoh yang ikut membantu dan berperan besar pada pendidikan agama.
7. Anak yang memiliki kecerdasan spiritual nantinya akan tumbuh menjadi manusia yang berakhlak mulia, sabar dalam memecahkan masalah atau persoalan hidup secara baik serta mampu mengembangkan maknanya secara spiritual. Karena anak yakin bahwa Tuhan selalu bersamanya asalkan ia tetap bertakwa dan bersungguh-sungguh dalam berdoa.

SARAN

1. Diharapkan orang tua dapat memahami bahwa pendidikan agama merupakan pendidikan yang sangat penting dan sangat menentukan agar anak dapat tumbuh menjadi pribadi yang berakhlak mulia.
2. Orang tua hendaknya dapat menjadi panutan bagi anak dalam pembentukan kecerdasan spiritual anak.
3. Orang tua sebaiknya tetap bersikap sabar dalam menjawab pertanyaan anak yang terkadang cenderung membosankan yang timbul dari anak seputar konsep hal-hal yang bersifat keagamaan.
4. Orang tua tidak menakuti anak dengan dalih “Tuhan” karena membuat akan berpikir bahwa Tuhan itu kejam.

MORAL DAN WATAK

Pada usia prasekolah, sangatlah penting bagi anak–anak mendapatkan pendidikan moral yang tepat untuk hidupnya. Pendidikan moral tidak sekadar pembelajaran mengetahui yang baik dan buruk, tentang yang benar dan salah, tetapi merupakan pelatihan pembiasaan terus-menerus tentang sikap benar dan baik, sehingga akhirnya menjadi suatu kebiasaan, karena pada masa anak-anak, anak merupakan "peniru ulung", maka pembiasaan pendidikan moral perlu dimulai sejak usia prasekolah.

Pada tahapan usia empat sampai enam tahun yang menjadi fokus hasil belajar ialah menanamkan sejak dini pentingnya pembinaan perilaku dan sikap yang dapat dilakukan melalui pembiasaan yang baik. Hal inilah yang menjadi dasar utama pembentukkan pribadi yang matang, mandiri, dan menanamkan budi pekerti yang baik.

Oleh karena itu, peran orang tua dan guru dalam mengembangkan moral pada anak sangat menentukan sikap dan kepribadian anak selanjutnya, termasuk juga lingkungan tempat anak dididik dan dibesarkan. Apalagi ruang lingkup rumah tangga. Dalam rumah tangga terdapat ayah dan ibu sebagai contoh pendidikan dasar anak. Dan anak dapat belajar dari kehidupan yang sering dilihat dan dialami dalam keluarganya

Untuk menciptakan kondisi yang kondusif guna menumbuh kembangkan cara berpikir moral seorang anak menuju ke arah pembentukan perilaku moral yang lebih baik dapat dilakukan melalui tahap-tahap perkembangan moralnya.

Perkembangan moral memiliki tahapan-tahapan agar anak dapat menyesuaikan diri dengan kelompoknya. Dalam hal ini anak harus belajar apa saja yang benar dan salah. Anak-anak juga harus diberi kesempatan untuk mengambil bagian dalam kegiatan kelompok sehingga mereka dapat belajar mengenal kelopoknya. Anak-anak juga harus dibiasakan untuk mengembangkan keinginannya untuk melakukan hal yang benar, bertindak untuk kebaikan bersama, dan

menghindari yang salah. Selain itu, anak-anak diharuskan membuat pilihan tentang apa yang penting dalam hidup mereka. Pilihan yang mereka tentukan pada akhirnya akan menentukan mereka pada kualitas kehidupan yang mereka jalani. Penting bagi orang tua untuk menciptakan kesempatan bagi anak agar mereka dapat mengetahui kemampuan mereka untuk mengambil keputusan dan mengetahui akibat dari pilihannya itu.

Menciptakan kondisi untuk mengembangkan cara berpikir anak ke arah terwujudnya perilaku moral tidak mudah. Karena berlawanan dengan lingkungan rumah dan sekolah taman kanak-kanak. Kebiasaan yang salah dapat berakibat buruk dan dapat merugikan bagi terbentuknya kepribadian yang baik bagi seorang anak.

Salah satu cara terbaik untuk membesarkan anak agar menjadi orang dewasa yang bahagia dan produktif ialah dengan memberikan kode moral sebagai dasar kehidupan mereka, sebuah dasar kepercayaan untuk memberikan tuntunan batin yang diperlukan dalam membuat pilihan dan menghadapi tantangan hidup. Anak-anak mencontoh orang tua mereka untuk sesuatu yang diyakini dan menunjukkan jalan yang benar.

Dukungan orang tua dan guru sangat membantu bagi perkembangan moral anak sebagai wujud bentuk kepribadiannya. Dengan demikian, guru dan orang tua juga dapat mengupayakan tumbuh kembangnya pembentukkan watak pribadi anak prasekolah dengan mengembangkan moral pada anak.

A. Teori Moral

1. Teori Menurut Wiwit Wahyuning Jash dan Metta Rachmadana (2003: 3)

Istilah moral jika didefinisikan akan berbunyi,"Moral berkenaan dengan norma-norma umum, mengenai apa yang baik atau benar dalam cara hidup seseorang. Ketika orang-orang berbicara tentang moral, pada umumnya akan terdengar sebagai sikap dan perbuatan seseorang terhadap orang lain."

Dari uraian tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa moral bagi anak yaitu, nilai moral akan terlihat dari mampunya seorang anak untuk membedakan antara yang baik dan buruk dalam kehidupannya. Ciri-ciri anak yang memiliki nilai moral yang baik yaitu, anak yang memiliki sikap jujur, dapat dipercaya, lembut, penuh kasih sayang, ceria, dan dapat menghargai orang lain.

2. Teori Menurut Rosmala Dewi (2005:24)

Moral berasal dari bahasa Latin "*mores*" yang berarti tata cara, kebiasaan, dan adat. Perilaku moral berarti perilaku yang sesuai dengan kode moral kelompok sosial. Perilaku tak bermoral adalah perilaku yang tidak sesuai dengan harapan masyarakat. Perilaku demikian bukan disebabkan ketidakacuhan akan harapan masyarakat, melainkan ketidaksetujuan dengan standar sosial atau kurang adanya perasaan wajib menyesuaikan diri.

Kesimpulan lain tentang moral, yaitu perilaku moral yang tidak dapat dipisahkan dari proses sosialisasi yang terjadi antara mereka. Pada dasarnya, teori yang membahas mengenai perilaku moral pada anak beranggapan bahwa orang tua dan anak merupakan faktor yang sangat berpengaruh pada perkembangan moral anak sejak usia prasekolah. Perilaku yang tak bermoral, bukan berarti perilaku yang tidak disukai oleh masyarakat, melainkan kurangnya penyesuaian diri.

3. Teori Elizabeth B.Hurlock

Istilah "moral" dan 'immoral" terlalu bebas di gunakan sehingga arti sebenarnya sering kali tidak diperhatikan atau diabaikan. Arti perilaku moral berarti perilaku yang sesuai dengan kode moral kelompok sosial. "moral" berasal dari kata latin *mores,* Yang berarti tata cara, kebiasaan, adat. Perilaku moral dikendalikan konsep-konsep moral, peraturan perilaku yang telah menjadi kebiasaan bagi anggota suatu budaya dan yang menentukan pola perilaku yang diharapkan dari seluruh anggota kelompok.

Maka moral adalah suatu tata cara atau ajaran tentang sesuatu yang baik atau buruk. Dalam hal ini perilaku harus dibiasakan teru-

tama sejak usia prasekolah. Moral terbentuk melalui pembiasaan dengan menanamkan sikap-sikap yang dianggap baik.

4. Teori Menurut Sumadi Suryabrata (2006: 2)

Kata watak dipakai dalam arti normatif. Kalau dengan menggunakan kata watak ini orang bermaksud mengenakan norma-norma kepada orang yang sedang diperbincangkan. Dalam hubungan dengan hal ini, orang dikatakan mempunyai watak kalau sikap, tingkah laku, dan perbuatannya dipandang dari segi-segi norma sosial ialah baik.

Dari uraian tersebut maka dapat ditarik kesimpulan watak jika diartikan dalam arti normatif yaitu, sikap, tingkah laku, dan perbuatan seseorang dipandang memiliki nilai-nilai norma sosial dengan baik. Seseorang yang dikatakan memiliki watak jika seseorang tersebut melakukan perbuatan yang memiliki norma-norma sosial. Pembentukan watak seorang anak akan berpengaruh terhadap akhlak, moral, budi pekerti, etika, dan estetik orang tersebut ketika berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain dalam kehidupan sehari-hari dimanapun ia berada.

5. Teori Menurut Allport (2006: 2)

Character is personality evaluated and personality is character devaluated. Allport beranggapan bahwa watak dan kepribadian ialah satu dan sama, akan tetapi dipandang dari segi yang berlainan. Kalau orang bermaksud hendak mengenakan norma-norma, jadi mengadakan penilaian, maka lebih tepat digunakan istilah “watak” dan kalau orang tidak memberikan penilaian, jadi menggambarkan apa adanya, maka dipakai istilah “kepribadian”.

Dari uraian di atas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa menurut Allport watak dan kepribadian memiliki arti yang sama, akan tetapi memiliki arti yang berbeda jika dilihat dari sudut pandang yang berbeda.

Watak adalah sikap, tingkah laku seseorang yang dipandang dari norma-norma sosial. Adapun kepribadian ialah menggambarkan

tingkah laku seseorang dengan apa adanya. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kepribadian seseorang ialah, *faktor internal yaitu* faktor yang berasal dari dalam diri orang itu sendiri. Faktor internal ini merupakan faktor genetik atau bawaan. Kedua ialah *faktor eksternal,* faktor ini merupakan pengaruh yang berasal dari lingkungannya. Lingkungan keluarga,tempat seorang anak tumbuh dan berkembang akan sangat berpengaruh terhadap kepribadian seorang anak. Terutama dari cara para orang tua mendidik dan membesarkan anaknya.

6. Teori Menurut Irwan Prayitno (2003: 7)

Para ilmuwan dan pendidik selama bertahun-tahun mendebatkan, tentang terbentuknya watak. Pendapat yang menyatakan anak dilahirkan dengan membawa keturunan watak. Cara tertentu membuat orang terlepas dari tanggung jawab dalam membantu anaknya mengubah perilaku anak. Banyak ahli mulai menerima apa yang telah diamati orang tua. Sebagian bayi lahir ke dunia dengan sifat ribut dan tenang, menggeliat atau lemah, peramah atau pemarah. Temperamen ini dianggap sebagai sifat dari anak atau pembawaan dari lahir.

Faktor keluarga lainnya ialah kelahiran jumlah saudara kandung, dan peristiwa kehidupan seperti perpindahan, penyakit, perubahan ekonomi, keluarga, dan pekerjaan orang tua. Kesemuanya ini berperan dalam pembentukan watak seorang anak. Bayi yang "baik" berpotensi menjadi "musuh" jika diabaikan atau disiksa. Anak yang "sulit" berpotensi menjadi lebih baik dengan bimbingan orang tua yang sabar.

Dari uraian tersebut, maka dapat ditarik kesimpulan, bahwa banyak orang tua atau pendidik yang berpendapat bahwa watak seorang anak telah ada sejak anak itu lahir ke dunia. Sehingga pernyataan ini membuat para orang tua atau pendidik menjadi tidak bertanggung jawab dan tidak membantu anak untuk mengubah perilaku yang buruk menjadi baik. Selain itu, faktor keluarga pun berpengaruh bagi pembentukan watak seorang anak. Terutama dari cara para orang tua mendidik dan membesarkan. Sejak lama peran sebagai orang tua sering kali tanpa dibarengi pemahaman mendalam tentang pemben-

tukan watak anaknya. Akibatnya, mayoritas orang tua hanya dapat mencari kambing hitam, bahwa anaklah yang bersalah. Seorang anak memiliki perilaku yang demikian sesungguhnya karena meniru cara berpikir dan perbuatan yang sengaja atau tidak sengaja dilakukan oleh orang tua mereka.

7. Teori Menurut Sigmund Freud (2006: 140)

Sigmund Freud, berpendapat bahwa watak pada dasarnya telah terbentuk pada akhir tahun kelima dan perkembangan selanjutnya sebagian besar hanya merupakan penghalusan struktur dasar ini. Kesimpulan yang demikian itu diambilnya atas dasar pengalamannya dalam melakukan psikonalisis. Penyelidikan dalam hal ini selalu menjurus ke arah masa kanak-kanak, yaitu masa yang mempunyai peranan yang menentukan dalam hal timbulnya neurosis pada tahun-tahun yang lebih kemudian. Freud beranggapan bahwa kanak-kanak adalah ayahnya manusia (*the child is the father of man)*.

Menurut pendapat Freud, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa watak seseorang mulai terbentuk pada akhir tahun kelima. Terutama pada usia anak prasekolah, watak mempunyai peran untuk menentukan sikap dan perilaku seorang anak. Oleh karena itu, pembentukan watak akan terbentuk dengan sendirinya.

8. Teori Menurut Hetherington dan Paske (1979)

Bagi anak usia TK, watak mengenal dan menanamkan perasaan yang dialaminya merupakan hal yang sulit. Melalui perkembangan selanjutnya, anak belajar bagaimana mengekspresikan perasaan, sehingga ia dapat menyatakan perasaan yang sesuai dengan usia dan situasi yang dihadapinya. Dan juga dapat belajar menerima dan menghargai perasaan orang lain.

Dari pernyataan tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa watak berkaitan dengan perasaan yang dialami anak. Anak dapat belajar untuk mengekspresikan dirinya dan dapat menyatakan perasaannya. Anak juga dilatih untuk menerima dan menghargai perasaan orang lain. Hal ini penting karena merupakan dasar untuk dapat menikmati

keadaan dan menyadari kekuatan dirinya. Anak memiliki perasaan bahwa dirinya dapat mengendalikan kehidupannya dan percaya terhadap kemampuannya.

B. Sikap dan Perilaku Moral

Perilaku yang disebut "moralitas yang sesungguhnya" tidak sesuai dengan standar sosial melainkan juga dilaksanakan secara sukarela. Ia muncul bersamaan dengan peralihan *kekuasaan eksternal ke internal* dan terdiri atas tingkah laku yang diatur dari dalam, yang disertai perasaan tanggung jawab pribadi untuk tindakan masing-masing. Ia mencakup pemberian pertimbangan primer kesejahteraan kelompok dan penempatan keinginan atau keuntungan pribadi pada tempat kedua. Moralitas yang sesungguhnya jarang ditemukan pada anak.

Pada awal-awal kehidupannya, seorang anak dibentuk oleh nilai-nilai orang dewasa. Bahkan sebelum seorang anak dilahirkan, orangtuanya telah mengungkapkan nilai-nilai mereka dengan cara yang akan mempengaruhi anak-anak mereka. Apabila awal masa kanak-kanak akan berakhir, konsep moral anak tidak lagi sesempit dan sekhusus sebelumnya. Anak yang lebih besar lambat laun memperluas konsep sosial sehingga mencakup situasi apa saja, lebih dari situasi khusus. Di samping itu, anak yang lebih besar dapat menemukan bahwa kelompok sosial terlibat dalam berbagai tingkat kesungguhan pada berbagai macam perbuatan. Pengetahuan ini kemudian digabungkan dalam konsep moral.

Kebaikan seorang anak berumur empat atau lima tahun yang baru akan masuk sekolah, suatu kuncup kebaikan yang telah dimungkinkan, dipupuk, diizin, didorong oleh orang tua-orang tua yang "cukup baik". Kebaikan semacam ini jelas bukanlah sesuatu yang dipermaklumkan secara terbuka, bukan kata-kata dan lebih banyak kata-kata lagi yang diucapkan atas nama "moralitas" atau prinsip-prinsip "etika". Kebaikan semacam ini tidaklah diperbantahkan, bukanlah suatu falsafah yang ditegaskan, dibuktikan bahwa keliru. Kebaikan semacam ini mulai tampak pada bulan-bulan pertama kehidupan dan

lazimnya tidak disebut atau dipikirkan sebagai kebaikan, melainkan sebagai "kodrat" atau "watak" si anak.

Menurut Piaget, pengertian yang kaku dan keras tentang benar dan salah, yang dipelajari dari orang tua, menjadi berubah dan anak menjadi diperhitungkan keadaan khusus di sekitar pelanggaran moral. Jadi, menurut Piaget, relativisme moral menggantikan moral yang kaku. Misalnya, pada anak usia lima tahun berbohong selalu buruk, Adapun anak yang lebih besar sadar bahwa dalam beberapa situasi, berbohong dibenarkan. Oleh karena itu, berbohong tidak selalu buruk.

C. Perkembangan Moral

Perkembangan moral berkaitan dengan aturan dan konvensi tentang apa yang seharusnya dilakukan oleh manusia dalam interaksinya dengan orang lain. Perkembangan moral bergantung dari perkembangan kecerdasan. Ia terjadi dalam tahapan yang dapat diramalkan yang berkaitan dengan tahapan dalam perkembangan kecerdasan. Dengan berubahnya kemampuan menangkap dan mengerti, anak-anak bergerak ke tingkat perkembangan moral yang lebih tinggi.

Pada waktu perkembangan kecerdasan mencapai tingkat kematangannya, perkembangan moral juga harus mencapai tingkat kematangannya. Bila hal ini tidak terjadi, individu dianggap sebagai orang yang "*tidak matang secara moral.*"

Sejak anak pandai berbahasa pada usia dua atau tiga tahun, pendidikan moral berlangsung dengan pesat. Di sekolah, guru dan anak berinteraksi dengan menerapkan kaidah moral, petunjuk moral seperti, berlaku jujur, tidak boleh bohong, tidak boleh mengambil barang orang lain, kebiasaan mengucapkan terima kasih pada orang lain, dan melakukan kebiasaan baik yang lain. Ini semua ditanamkan kepada anak melalui situasi konkret dalam kehidupan sehari-hari.

Pelajaran yang diperlukan dalam pembentukan moral tidak cukup hanya pelajaran yang menyenangkan. Tetapi juga kegagalan, kekecewaan, ketidakberuntungan, juga pelajaran moral yang sangat mendukung pembentukan kepribadian anak yang tangguh. Guru

membantu anak untuk belajar menerima kata “tidak” dan memahami kata “iya” untuk mengerti maupun menanggapi perbedaan antara kedua kata dan arti kata masing-masing.

Penanaman moral ini akan lebih berhasil, bila ada perbuatan yang baik disambut dengan reaksi yang menyenangkan, seperti: persetujuan, pujian, dukungan, dan hadiah. Sebaliknya, pada perbuatan yang tidak baik dihubungkan dengan reaksi yang tidak menyenangkan seperti celaan, hukuman, dan pengasingan sementara. Dengan demikian, lambat laun akan terbentuk kesadaran batin atau kata hati, yang akhirnya mengganti suara guru atau orang tua dalam menilai setiap perbuatan. Jadi, pengertian dan penilaian baik dan buruk tidak lagi datang dari luar tetapi datang dari dalam dirinya sendiri. Ia akan merasa bangga dan bahagia jika melakukan perbuatan baik. Sebaliknya, ia akan merasa malu dan bersalah jika ia akan melakukan tindakan yang kurang baik.

Dalam mempelajari sikap moral, terdapat empat pokok utama, mempelajari apa yang diharapkan kelompok sosial dari anggotanya sebagaimana dicantumkan dalam hukum, kebiasaan dan peraturan; mengembangkan hati nurani; belajar mengalami perasaan bersalah dan rasa malu jika perilaku individu tidak sesuai dengan harapan kelompok; dan mempunyai kesempatan interaksi sosial untuk belajar apa saja yang diharapkan anggota kelompok.

Peran yang dimainkan masing-masing pokok tersebut digambarkan di bawah:

1. Peran Hukum, Kebiasaan, dan Peraturan dalam Perkembangan Moral

Pokok pertama yang penting dalam pelajaran menjadi pribadi bermoral ialah belajar apa yang diharapkan kelompok dari anggotanya. Harapan ini diperinci bagi seluruh anggota kelompok dalam bentuk hokum, kebiasaan dan peraturan.

Anak kecil tidak dituntut tunduk pada hukum dan kebiasaan seperti dituntut dari anak yang lebih besar. Tetapi setelah mereka

mencapai usia sekolah, mereka secara bertahap diajari hukum yang berlaku. Tidak mengambil barang di toko, dan merusak milik orang.

Di samping itu, bahkan anak kecil pun diharapkan belajar mematuhi peraturan yang diberikan orang tua dan orang lain yang berwenang. Secara bertahap anak belajar peraturan yang ditentukan berbagai kelompok, yaitu kelompok tempat mereka mengidentifikasi diri (rumah, sekolah, dan lingkungan). Jadi, peraturan berfungsi sebagai sumber motivasi untuk bertindak sesuai dengan harapan sosial, sebagaimana hukum dan kebiasaan menjadi pedoman dan sumber motivasi bagi anak remaja dan orang dewasa.

2. Peran Hati Nurani dalam Perkembangan Moral

Pokok kedua dalam belajar menjadi orang bermoral ialah pengembangan hati nurani sebagai kendali internal bagi perilaku individu. Menurut tradisi, anak dilahirkan dengan "hati nurani," atau kemampuan untuk mengetahui apa yang benar dan salah.

Sekarang telah diterima secara luas bahwa tidak seorang anak pun dilahirkan dengan hati nurani dan bahwa setiap anak tidak saja harus belajar apa yang benar dan salah, tetapi juga harus menggunakan hati nurani sebagai pengendali perilaku. Ini dianggap sebagai salah satu tugas perkembangan yang penting di masa kanak-kanak. Hati nurani juga dikenal dengan sebutan "cahaya dari dalam," "superego" dan "polisi internal."

3. Peran Rasa Bersalah dan Rasa Malu dalam Perkembangan Moral

Pokok ketiga dalam belajar menjadi orang bermoral ialah pengembangan perasaan bersalah dan rasa malu. Setelah anak mengembangkan hati nurani, hati nurani mereka dibawa dan digunakan sebagai pedoman perilaku. Bila perilaku anak tidak memenuhi standar yang ditetapkan hati nurani, anak merasa bersalah, malu, atau kedua-duanya.

Rasa bersalah telah dijelaskan sebagai "sejenis evaluasi diri khusus yang negatif yang terjadi bila seorang individu mengakui bahwa perilakunya berbeda dengan nilai moral yang dirasakannya wajib

untuk dipenuhi." Anak yang merasa bersalah tentang apa yang telah dilakukannya, telah mengakui pada dirinya bahwa perilakunya jatuh di bawah standar yang ditetapkannya sendiri. Tetapi sebelum rasa bersalah dialami, empat kondisi ini harus dipenuhi; *pertama,* anak-anak harus menerima standar tertentu mengenai hal yang benar dan salah. *Kedua,* mereka harus menerima kewajiban mengatur perilaku mereka agar sesuai dengan standar yang telah mereka terima. *Ketiga,* mereka harus merasa bertanggung jawab atas setiap penyelewengan dari standar tersebut dan mengaku bahwa mereka, dan bukan orang lain yang harus disalahkan. Dan *keempat,* mereka harus memiliki kemampuan mengkritik diri yang cukup besar untuk menyadari bahwa suatu ketidaksesuaian antara perilaku mereka dan standar internal perilaku yang terjadi.

Rasa malu telah definisikan sebagai reaksi emosional yang tidak menyenangkan yang timbul pada seseorang akibat adanya penilaian negatif terhadap dirinya. Moralitas dalam arti kata sebenarnya, selalu mencakup rasa bersalah. Rasa bersalah merupakan salah satu mekanisme psikologis yang paling penting dalam proses sosialisasi. Bila anak tidak merasa bersalah, ia tidak akan merasa terdorong untuk belajar apa yang diharapkan kelompok sosialnya.

4. Peran Interaksi Sosial dalam Perkembangan Moral

Pokok keempat dalam belajar menjadi orang bermoral ialah mempunyai kesempatan melakukan interaksi dengan anggota kelompok sosial. Interaksi sosial memegang peran penting dalam perkembangan moral; *pertama* dengan memberi anak standar perilaku yang disetujui kelompok sosialnya dan *kedua,* dengan memberi mereka sumber motivasi untuk mengikuti standar ini melalui persetujuan dan ketidaksetujuan sosial. Tanpa interaksi dengan orang lain, anak tidak akan mengetahui perilaku yang disetujui secara sosial, maupun memiliki sumber motivasi yang mendorongnya untuk tidak berbuat sesuka hatinya.

Interaksi sosial awal terjadi dalam kelompok keluarga. Anak belajar dari orang lain, saudara kandung, dan anggota keluarga lain apa

yang dianggap benar dan salah oleh kelompok sosial tersebut. Pada waktu anak-anak masuk sekolah, mereka belajar bahwa tingkah laku mereka dikendalikan oleh peraturan sekolah.

Melalui interaksi sosial, anak tidak saja mempunyai kesempatan untuk belajar kode moral, belajar kode moral, tetapi mereka juga mendapat kesempatan untuk belajar bagaimana orang lain mengevaluasi perilaku mereka. Jika evaluasinya menguntungkan, hal ini akan memberi motivasi kuat untuk menyesuaikan dengan standar moral yang telah membawa evaluasi sosial yang menguntungkan itu. Sebaliknya, bila evaluasinya merugikan, anak akan mengubah standar moralnya dan menerima standar yang menjamin persetujuan dan penerimaan yang diharapkannya.

Bila anak-anak diterima secara baik oleh teman-teman sebayanya maka interaksi sosial mereka meningkat. Ini memberikan kesempatan belajar kode moral dan motivasi untuk menyesuaikan dengan kode tersebut. Sebaliknya, anak yang kurang diterima atau ditolak dan diabaikan dengan teman sebayanya akan kehilangan kesempatan belajar kode moral kelompok dan sering dianggap tidak matang secara moral. Walaupun mereka mungkin termotivasi kuat untuk mendapatkan persetujuan sosial.

D. Tahapan-tahapan Perkembangan Moral

Dalam kehidupan sosial di masyarakat, anak akan berhadapan dengan ukuran-ukuran yang menentukan benar-salah atau baik-buruk dari suatu tingkah laku. Ukuran-ukuran ini dapat berupa tata cara, kebiasaan, atau adat istiadat yang telah diterima oleh suatu masyarakat. Aturan-aturan inilah yang biasanya dikaitkan dengan istilah moral. Pengertian moral mengacu pada aturan umum mengenai baik-buruk dan benar-salah yang berlaku di masyarakat secara luas. Istilah moral ini berkenaan dengan bagaimana orang seharusnya berperilaku dengan dunia sosialnya.

Berkaitan dengan aturan berperilaku tersebut, anak dituntut untuk mengetahui, memahami, dan mengikuti. Perubahan dalam hal

pengetahuan dan pemahaman aturan ini dipandang sebagai perkembangan moral.

Di bidang psikologi sebenarnya telah banyak tokoh dengan pendekatannya masing-masing yang mempelajari dan menjelaskan fenomena perkembangan moral ini. Satu di antaranya ialah pendekatan kognitif yang dipelopori oleh Piaget dan Lowrence Kohlberg. Pandangan kedua tokoh ini banyak menjadi rujukan dalam pendidikan moral bagi anak.

1. Tahapan Perkembangan Moral Anak Menurut Piaget

Ketika menganalisis gejala perkembangan moral anak, Piaget memfokuskan diri pada aspek cara berpikir anak tentang isu-isu moral. Cara yang dilakukannya ialah dengan mengamati dan mewawancarai kelompok anak-anak yang terlibat dalam suatu permainan. Ia mempelajari bagaimana anak-anak ini menggunakan dan memandang aturan yang ada dalam permainan ini. Pertanyaan yang dijukan kepada mereka berkisar tentang isu-isu moral seperti pencurian, berbohong, hukuman, dan keadilan.

Dari studi tersebut, Piaget menyimpulkan bahwa anak berpikir tentang moralitas dalam dua tahap moralitas, tergantung pada tingkat perkembangannya. Cara/tahap yang *pertama* ialah tahap moralitas heternomus (*heternomous morality)* yang terjadi pada anak berusia empat sampai tujuh tahun. Pada tahap perkembangan moral ini, anak menganggap keadilan dan aturan sebagai sifat-sifat dunia (lingkungan) yang tidak berubah dan lepas dari kendali manusia.

Cara/tahap yang *kedua*, anak telah menyadari bahwa aturan dan hukum itu diciptakan oleh manusia. Anak yang berpikir moral pada tahap ini juga telah menyadari bahwa dalam menilai suatu tindakan seseorang, harus dipertimbangkan maksud si pelaku, juga akibat-akibatnya. Pola pemikiran moral tahap ini oleh Piaget diistilahkan dengan moralitas otonomus (*autonomous morality*).

Secara lebih perinci perbedaan antara dua tahap perkembangan moral tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut. Pada tahap *heternomous,* anak menimbang perilaku benar dan baik dengan menimbang

akibat dari perilaku itu, bukan dari maksud pelaku. Misalnya, anak yang berada pada tahap ini akan mengatakan bahwa memecahkan lima piring secara tidak sengaja akan lebih jelek daripada memecahkan satu piring dengan sengaja. Tetapi bagi anak yang berpikir moral otonomus, yang lebih baik itu ialah yang memecahkan lima piring karena hal itu dilakukan secara tidak sengaja. Dengan demikian, bagi anak yang berpikir moral otonomus, maksud atau niat pelaku yang ada di balik tindakannya dipandang lebih penting daripada sekadar akibatnya.

Anak-anak yang berpikir moral *heternomous* juga meyakini bahwa aturan itu ditentukan oleh para pemegang otoritas yang memiliki kekuatan sehingga tidak dapat diubah. Mereka berpendapat bahwa aturan itu selalu sama dan tidak dapat diubah. Sebaliknya, kelompok anak yang berpikir otonomus memandang bahwa aturan itu hanya berupa kesepakatan belaka. Mereka menganggap bahwa itu kesepakatan sosial atau kelompok yang dapat diubah melalui konsensus.

Selanjutnya, anak yang berpikir *heteronomous* juga meyakini keadilan sebagai sesuatu yang tetap ada. Piaget mengistilahkan dengan *immanent justice*, yaitu jika aturan dilanggar maka hukuman akan ditimpakan segera. Anak yang berpikir *heteronomous* meyakini bahwa kejahatan secara otomatis terkait dengan *hukuman*. Sebaliknya anak yang berpikir *otonomus* mengaggap hukuman sebagai alat sosial yang dapat dialami dan dapat pula tidak, tergantung kepada kondisinya.

Piaget berpendapat bahwa di saat anak-anak berkembang, mereka mengalami kemajuan dalam pemahaman tentang masalah-masalah sosial. Dia meyakini bahwa pemahaman sosial ini muncul melalui interaksi atau saling menerima dan memberi dalam hubungan teman sebaya. Karena dalam kelompok teman sebaya anak-anak memiliki kekuatan dan status yang sama. Mereka secara leluasa dapat saling memberi masukan dan bernegosiasi dalam memecahkan berbagai persoalan yang muncul. Pengalaman tentu merupakan kondisi yang kondusif bagi pengembangan moral anak.

Suasana interaksional seperti dalam kelompok teman sebaya di atas, menurut Piaget sulit ditemukan dalam hubungan orang tua-

anak atau hubungan guru-anak, orang tua atau guru, lazimnya memiliki kekuasaan yang lebih daripada anak sehingga aturan-aturan sering ditentukan secara otoriter, akibatnya, pola interaksi orang tua-anak atau guru-anak yang demikian kurang memungkinkan untuk meningkatkan penalaran moral anak secara baik.

Pandangan Piaget mengenai perkembangan moral. Piaget percaya bahwa anak-anak kecil ditandai oleh moralitas heteronom, tetapi pada usia10 tahun mereka beralih ke suatu tahap yang lebih tinggi yang disebut moralitas otonom. Menurut Piaget, anak-anak yang lebih tua yang memperhitungkan maksud-maksud individu, percaya bahwa aturan dapat berubah, dan sadar bahwa hukuman tidak selalu menyertai suatu perbuatan yang salah. Perspektif kognitif penting kedua dalam perkembangan moral dikemukakan oleh Lowrence Kohlberg.

2. Tahapan Perkembangan Anak Menurut Lowrence Kohlberg

Kohlberg menekankan bahwa perkembangan moral didasarkan terutama pada penalaran moral dan berkembang secara bertahap (Kohlberg, 1958, 1976, 1986). Melalui pendekatan perkembangan kognitif seperti halnya yang dilakukan Piaget, Lowrence Kohlberg mengembangkan sendiri teori tentang perkembangan penalaran moral. Kohlberg memilih untuk mempelajari alasan-alasan yang mendasari respons-respons moral. Dengan kata lain, Kohlberg memilih untuk mendalami struktur proses berpikir yang terlibat dalam penalaran moral.

Dalam melakukan studinya, Kohlberg merancang serangkaian cerita imajinatif yang masing-masing memuat dilema-dilema moral untuk mengukur penalaran moral. Konflik moral yang terkandung dalam cerita-cerita tersebut ada yang berupa pilihan antara dua alternatif yang tidak dapat diterima secara kultural. Cerita-cerita ini menempatkan seseorang pada situasi konflik yang memberikan sejumlah alternatif pilihan yang dapat diterima. Respons apa yang dipilih oleh seseorang tidak begitu penting, akan tetapi yang terpenting ialah penalaran yang dilakukan individu dalam menyelesaikan kon-

flik. Oleh karena itu, kepada para responden ditanyakan tentang apa yang sebaiknya dilakukan, di samping mereka ditanya pula mengapa memilih untuk melakukan hal ini.

Analisis dari proses penalaran, disimpulkan dari jawaban terhadap serangkaian cerita tersebut. Akhirnya Kohlberg dapat menilai penalaran moral responden. Dari analisis ini ia menemukan bahwa ada enam level perkembangan penalaran moral manusia. Keenam level perkembangan moral ini menggambarkan suatu urutan yang bersifat universal. Lebih lanjut keenam level perkembangan penalaran moral tersebut dikelompokkan kedalam tiga tingkatan sehingga masing-masing level terdiri dari dua tahapan, sebagai berikut:

a. Tingkat Satu: Penalaran Prakonvensional

Penalaran prakonvensional (*preconventional reasoning*) adalah *tingkat yang paling rendah dalam teori perkembangan moral Kohlberg. Pada tingkat ini, anak tidak memperlihatkan internalisasi nilai-nilai moral—penalaran moral dikendalikan oleh faktor eksternal, yaitu ganjaran atau hukuman yang bersifat fisik dan hedonistik. Sesuatu yang dianggap benar atau baik oleh anak jika menghasilkan sesuatu secara fisik menyenangkan atau menguntungkan dirinya. Sebaliknya, sesuatu itu dianggap jelek atau salah kalau menyakitkan atau menimbulkan kerugian bagi dirinya.*

Tahap 1. Orientasi hukuman dan ketaatan *(punishment and obedience orientation)* ialah *tahap pertama dalam teori perkembangan moral Kohlberg. Pada tahapan ini, penalaran moral didasarkan atas hukuman. Anak-anak taat karena orang dewasa menuntut mereka untuk taat. Suatu tindakan dinilai benar atau salah tergantung dari akibat hukuman yang berkaitan dengan kegiatan ini. Seorang anak akan mengatakan bahwa bermain di kelas ini tidak baik, misalnya, karena ibu guru melarangnya dan akan marah kalau melakukannya. Begitu juga seorang dokter dapat dianggap jahat oleh seorang anak kalau dokter ini dipersepsi sebagai orang yang suka menyakiti.*

Tahap 2. Individualisme dan tujuan *(Individualism and purpose)* ialah *tahap kedua dalam teori perkembangan moral Kohlberg. Pada tahap ini, acuan moral anak masih terhadap peristiwa eksternal fisik. Akan tetapi pada tahapan ini suatu tindakan dinilai benar bila berkaitan dengan kejadian eksternal yang memuaskan kebutuhan dirinya atau kebutuhan seseorang yang sangat dekat hubungannya dengan yang bersangkutan. Jadi, meskipun mencuri ini dianggap salah karena berasosiasi dengan hukuman, penalaran pada tahap ini mengarah pada penilaian bahwa mencuri ini bisa benar bila dilakukan di saat ia sangat lapar. Dengan demikian, perkembangan penalaran moral pada tahap kedua ini secara lambat laun mengarah pada suatu peralihan perspektif, yaitu ke suatu perspektif yang melibatkan orang lain.*

Riset selama 75 tahun terakhir tentang perkembangan anak telah memberikan berbagai informasi mengenai masa kanak-kanak, yaitu salah satu tahap perkembangan manusia yang memiliki karakteristik tersendiri. Pendidikan yang berorientasi pada perkembangan anak ini memungkinkan para fasilitator untuk merencanakan berbagai pengalaman yang dapat menumbuhkan minat anak, merangsang keingintahuan anak, melibatkan anak secara emosional maupun intelektual, dan membuka daya imajinasi mereka. Dengan pendekatan perkembangan anak ini, anak usia taman kanak-kanak juga dapat dilatih untuk memilih dan memfokuskan perhatiannya pada tugas yang menarik dan bermakna bagi dirinya. Cara ini juga memungkinkan terjadinya *zone of proximal development*, yaitu di mana fasilitator atau orang yang lebih pandai dari diri anak, dijadikan tempat bertanya untuk meningkatkan kemampuannya melebihi dari apa yang dimilikinya. (Fawzia Aswin Hadis: 2003)

Dalam hal perkembangan yang terjadi pada anak usia TK menurut Fawzia Aswin Hadis (2003), secara garis besar ada empat area perkembangan yang perlu ditingkatkan dalam kegiatan pengembangan atau pendidikan anak usia TK yaitu: perkembangan fisik, sosial-emosional, kognitif, dan bahasa. Khusus mengenai perkembangan

sosial-emosional beliau memaparkan bahwa hal ini perlu dikembangkan dengan tujuan untuk:

- Mengetahui diri sendiri dan hubungannya dengan orang lain, yaitu teman sebaya dan orang dewasa.
- Bertanggung jawab terhadap diri sendiri maupun orang lain.
- Berperilaku sesuai dengan prososial.

b. Tingkat Dua: Penalaran Konvensional

Penalaran konvensional *(convesional reasoning)* ialah *tingkat kedua atau tingkat menengah dalam teori perkembangan moral Kohlberg. Pada tingkat ini, internalisasi individual ialah menengah. Seseorang menaati standar-standar (internal) tertentu, tetapi mereka tidak menaati standar-standar orang lain (eksternal), seperti orang tua atau aturan masyarakat.*

Tahap 3. Norma-norma interpersonal (*interpersonal norms)* ialah *tahap ketiga dalam teori perkembangan moral Kohlberg. Pada tahap ini,seseorang menghargai kebenaran, kepedulian, dan kesetiaan kepada orang lain sebagai landasan pertimbangan moral. Anak-anak sering mengadopsi standar-standar moral orangtuanya pada tahap ini, sambil mengharapkan dihargai oleh orangtuanya sebagai seorang "perempuan yang baik" atau seorang "laki-laki yang baik."*

Tahap 4. Moralitas sistem sosial (*social system morality)* ialah *tahap keempat dalam teori perkembangan moral Kohlberg. Pada tahap ini, pertimbangan didasarkan atas pemahaman aturan sosial, hukum, keadilan, dan kewajiban.*

c. Tingkat Tiga: Penalaran Pascakonvensional

Pemikiran pascakonvensional (*post-conventional reasoning)* ialah *tingkat tertinggi dalam teori perkembangan moral Kohlberg. Pada tingkat ini, moralitas benar-benar diinternalisasikan dan tidak didasarkan pada standar-standar orang lain. Seseorang mengenal tindakan moral alternatif, menjajaki pilihan, dan kemudian memutuskan berdasarkan suatu kode moral pribadi.*

Tahap 5. Hak-hak masyarakat *versus* hak-hak individual *(community rights versus individual rights)* ialah *tahap kelima dalam teori perkembangan moral Kohlberg. Pada tahapan ini, seseorang memahami bahwa nilai dan aturan ialah bersifat relatif dan bahwa standar dapat berbeda dari satu orang ke orang lain.*

Tahap 6. Prinsip-prinsip etis universal *(universal ethical principles)* ialah *tahap keenam dan tertinggi dalam teori perkembangan moral Kohlberg. Pada tahap ini, seseorang telah mengembangkan suatu standar moral yang didasarkan pada hak-hak manusia yang universal.*

Berdasarkan tahapan perkembangan moral anak-anak, menurut Lowrence Holberg disebutkan bahwa tahap *prakonvensional* terjadi pada anak-anak TK. Pada tahap ini, kesadaran moral yang muncul ialah orientasi hukuman dan ketaatan, akibat fisik yang dialami sebelum sampai pada arti dan nilai manusiawinya dan orientasi hedonis (mencari kenikmatan dan menghindari penderitaan) untuk memenuhi kebutuhan diri sendiri. Pada masa ini, penanaman nilai budi pekerti harus dimulai dengan latihan yang konkrit, sederhana, mudah dilakukan dan tidak menimbulkan perasaan takut, malu, khawatir, dan perasaan bersalah.

Pada tahapan ini, anak-anak menuruti atau menaati peraturan hanya lepas dari persoalan dengan orang tua, sebagai pihak yang kuat. Anak-anak usia empat sampai lima tahun tidak dapat dituntut untuk melakukan sesuatu yang di luar motivasi ini. Anak-anak pada usia ini tidak dapat membatinkan mengenai nilai-nilai sebagai prinsip yang mendasar. Nilai budi pekerti diterima dalam suatu mekanisme "hanya ada satu jalan." Anak-anak dikontrol dan dikendalikan oleh orang tua, adik diawasi oleh kakak, yang lemah dikuasai oleh yang kuat. Dalam hal ini tidak ada "memberi dan menerima."

E. Peran Orang Tua dan Pendidik dalam Pengembangan Moral Anak

Orang tua dan pendidik hendaknya telah memiliki seperangkat etika atau kebiasaan baik dan benar yang ingin dimiliki oleh anak-

anak, sebelum mengadakan pendidikan dan pembinaan watak kepada mereka. Watak kepribadian yang seperti apa yang akan dikembangkan pada anak. Dan hal yang paling penting ialah nilai dan sikap moral serta etika dari orang tua dan pendidik sendiri. Nilai moral dan etika yang dimiliki orang tua dan guru hendaknya ditransferkan kepada anak-anak.

Model pendampingan dari orang tua atau pendidik dan nilai-nilai mereka akan menentukan tujuan pendampingan dan pengembangan watak anak-anak dan melaksanakan nila-nilai yang diyakini baik dan benar yang diperoleh dari orang tua dan pendidiknya terdahulu, yang kemudian menjadi nilai-nilai yang diyakini karena bermakan dalam hidup.

Orang tua dan pendidik ialah orang dewasa, di mana mereka mampu menyesuaikan diri mereka dengan pribadi anak. Menerima watak anak dan memahami bentuk-bentuk perilaku anak akan menghasilkan kesesuaian yang lebih empati dan lebih baik antara orang tua atau pendidik dengan anak. Hal ini akan membantu anak untuk mengembangkan kepribadiannya.

Mami Doe dan Marsha Walch dalam buku *10 Prinsip Spiritual Parenting* mengungkapkan bahwa seorang anak sebenarnya terlahir sebagai makhluk spiritual. Sekarang tinggal bagaimana orang tua mengasuh dan mengembangkan spiritualisme anak.

Menerangkan arti surga dan neraka pada anak, penting juga maknanya sebagai salah satu batasan antara yang boleh dan tidak boleh. Apalagi dalam Islam, percaya adanya surga dan neraka juga sangat berkaitan dengan ibadah serta ketakwaan pada Allah SWT. Berikut mengenai landasan orang tua dalam menjawab pertanyaan anak mengenai surga dan neraka.

1. Jawablah Sepengetahuan Orang tua

Dalam menjelaskan dan menjawab pertanyaan anak tentang hal-hal yang abstrak seperti surga dan neraka, menurut Burcham, orang tua harus mampu menjabarkan sesuai dengan pengetahuan sendiri. Bagi umat Islam, beriman pada adanya surga dan neraka merupakan

sebuah kewajiban. Katakan pada mereka mengapa Allah menciptakan surga dan neraka, yakni surga merupakan 'hadiah' bagi orang-orang yang taat. Adapun neraka merupakan hukuman bagi mereka yang tidak taat kepada-Nya.

Layanilah semua pertanyaan anak dengan senang hati. Jangan pernah mereka merasa bosan dengan berbagai pertanyaan mereka, meskipun anak menanyakan hal yang sama bekali-kali.

Di sini dapat kita simpulkan betapa pentingnya kecerdasan emosional dikembangkan pada diri anak. Karena betapa banyak kita jumpai anak-anak, di mana mereka begitu cerdas di sekolah. Begitu cemerlang prestasi akademiknya, namun bila tidak dapat mengelola emosinya seperti mudah marah, putus asa, atau angkuh dan sombong, maka prestasi ini tidak akan banyak bermanfaat untuk dirinya.

Ternyata kecerdasan emosional perlu lebih dihargai dan dikembangkan pada anak sejak usia dini. Karena hal inilah yang mendasari keterampilan seseorang di tengah masyarakat kelak, sehingga akan membuat seluruh potensinya dapat berkembang secara lebih optimal.

Hal yang hampir senada juga dikembangkan oleh Robert Coles dalam bukunya yang berjudul *The Moral Intelligence of Children* bahwa di samping IQ, ada suatu jenis kecerdasan yang disebut sebagai kecerdasan moral yang juga memegang peranan sangat penting bagi kesuksesan seseorang dalam hidupnya.

Hal ini di tandai dengan kemampuan seorang anak untuk dapat menghargai dirinya sendiri maupun diri orang lain, memahami perasaan terdalam orang-orang di sekelilingnya, mengikuti aturan-ataur-an yang berlaku, semua ini termasuk merupakan kunci keberhasilan bagi seorang anak di masa depan.

Jadi, sebagian besar kunci sukses menurut hasil penelitian sesungguhnya lebih banyak ditentukan oleh pemberdayaan otak kanan (kecerdasan emosi) daripada otak kiri (kecerdasan kognitif).

Bagaiman Anda mempersiapkan anak-anak Anda dalam menempuh kehidupan? Perlu pendidikan kecakapan manusiawi dasar seperti pendidikan agama, pengenalan diri dan empati, seni mendengarkan,

seni menyelesaikan pertentangan, dan kerjasama. Bagaimanapun keseimbangan antara kecerdasan rasional (IQ) dan kecerdasan emosional (EQ) dapat menentukan keberhasilan hidup. Untuk itu Anda harus berusaha menjadi orang tua yang "efektif" bagi anak-anak Anda. Karena, pengalaman dan pendidikan di masa kanak-kanak, akan sangat menentukan pembentukan keterampilan sosial dan emosional di masa dewasa.

"Setiap anak Memerlukan penjelasan yang sesuai dengan nalar dan kemampuan kognitif anak," ujur Burcham. Jika perlu diberikan cerita-cerita yang terdapat dalam kitab suci tentang situasi surga dan neraka. Bagaimana keindahan dan kenikmatan yang kita peroleh di surga nanti, atau berbagai siksaan yang ada di neraka. "Umumnya anak-anak akan lebih cepat mengerti apabila orang tua menjelaskan melalui cerita, asal yang sesuai dengan tingkat pemahamannya," tukas Doe.

Melalui cerita atau kisah-kisah yang bersifat keagamaan, secara tidak langsung anak mulai mengerti nilai-nilai yang sifatnya keagamaan. Misalnya, agar anak dapat masuk surga maka anak harus taat pada orang tua, berperilaku baik pada orang lain seperti bersikap jujur dan terbuka, senang membantu orang tua, serta hal lainnya yang bersifat nilai-nilai sosial dan moral. "Tetapi jangan tunggu hingga mereka bertanya, mulailah sejak dini saat orang tua menemukan waktu yang tepat," tukas Burcham.

Lambat laun untuk memperkuat keimanan mereka, orang tua dapat mengajarkan anak untuk mulai belajar berpuasa dan ikut melakukan shalat bersama. Satu hal yang harus dihindari ialah jangan sekali-kali menakuti anak hanya karena mengatakan hal-hal yang bersifat bohong. Menakuti anak hanya akan berdampak buruk baginya, selain ketika anak telah besar nanti si anak akan kehilangan kepercayaan kepada orang tuanya. Fondasi keimanan yang ditanamkan pun tak akan sekuat yang diharapkan.

2. Meningkatkan Kecerdasan Spiritual

Untuk meningkatkan kemampuan dan terus mengasah kecerdasan spiritual yang dimiliki anak, berikut ini merupakan langkah yang disarankan, yakni:

1. Jadilah Orang tua Spiritual

   Baik orang tua atau guru, harus mempunyai kesadaran spiritual dalam upaya mengembangkan SQ anak. Orang tua harus mampu memberikan akses dan sumber informasi anak dalam mengembangkan kemampuan spiritualnya. "Kecerdasan spiritual adalah kecakapan dalam dimensi non-matrial dan jiwa kemanusiaan seseorang". Kecerdasan juga memberikan kekuatan untuk selalu merasa bahagia dalam keadaan apapun, dan bukan disebabkan oleh sesuatu.

2. Bantulah Merumuskan "Misi" Hidupnya

   Perlu dijelaskan pada anak, bahwa hidup memiliki barbagai tingkat tujuan. Baik tujuan yang paling dekat hingga yang paling jauh, yang menjadi akhir perjalanan hidup. Sebagai orang tua, haruslah mengarahkan anak untuk memahami tujuannya sendiri. Bantu anak dengan mengajaknya berpikir dan mencari jawaban akan masa depannya kelak, apa yang anak inginkan dalam hidupnya. Arahkan tujuan hidupnya semulia mungkin. Bukan dengan tujuan matriil fisik, namun dari segi sosial, kemanusiaan, dan kesadaran lingkungan.

3. Bersama-sama Membaca Kitab Suci dan Menjelaskan Maknanya dalam Kehidupan

   Setiap agama memiliki kitab suci, sediakanlah waktu khusus untuk membaca dan mendiskusikannya pada anak-anak. Di antara pemikiran besar Islam yang memasukkan kembali dimensi rohaniah kedalam khazanah pemikiran Islam ialah Muhammad Iqbal. Meskipun ia dibesarkan dalam tradisi intelektual Barat, ia melakukan pengembaraan rohaniah bersama Jalaluddin Rumi dan tokoh sufi lainnya. Boleh jadi yang membuatnya begitu ialah pengalaman masa kecilnya. Setiap selesai shalat Subuh, ia mem-

baca Al-Qur'an. Pada suatu hari, bapaknya berkata, "Bacalah Al-Qur'an seakan-akan ia diturunkan untukmu" Setelah itu, Iqbal berkata "Aku merasakan Al-Qur'an seakan-akan berbicara padaku."

4. Ceritakan Kisah dan Tokoh Spritual

   Kisah tokoh-tokoh spiritual seperti perjalanan hidup Nabi dan Rasul ataupun perjalanan Wali Songo, akan membawa pengaruh baik dalam diri seorang anak. Bahkan para nabi pun mengajarkan umatnya melalui Fabel maupun perumpamaan. Ada banyak kisah dan tokoh spiritual yang dapat kita ceritakan pada anak, berbagai dongeng Nusantara pun pada umumnya memuat unsur-unsur spiritualisme yang tinggi dan tidak kalah menariknya.

5. Diskusi Berbagai Persoalan dengan Perspektif Rohaniah

   Segala sesuatu hendaknya dikaitkan secara spiritual. Artinya, memberikan makna dengan merujuk pada Rencana Agung Ilahi (*Divine Grand Design*). Tuhan menguji kita dengan memberikan kita penderitaan dan kebahagiaan. Penderitaan adalah cara Tuhan untuk menyempurnakan keimanan kita. Di lain pihak, ia memberikan kita kebahagiaan karena cinta-Nya kepada kita. Ini juga berarti menguji apakah kita mampu mengelola dan mensyukuri nikmat-Nya.

6. Libatkan Anak dalam Kegiatan Ritual Keagamaan

   Kegiatan keagamaan merupakan cara paling praktis untuk mengajak si kecil mengenal segala kekuatan Tuhan. Kaitkan pengalaman sehari-hari dengan kegiatan spiritual. Kebiasaan ini nantinya akan terbawa hingga dewasa, sehingga ia akan selalu teringat dan memandang dari sudut agama, minimal secara spiritual.

7. Bacakan Puisi atau Lagu yang Spiritual dan Inspiritual

   Kita juga dapat semakin membuka mata lahir dan mata batin si kecil dengan memperkenalkannya pada keindahan melalui seni maupun kata-kata. Rangsanglah rasa empati, cinta, kedamaian dan keindahan yang dapat diserap dengan kemampuan spiritualnya melalui lagu maupun puisi indah yang serat makna spiritual.

Bagaimana dengan SQ harus dilatih? Plato pernah berkata "Pada sentuhan cinta semua orang menjadi pujangga," maka kita pun dapat berkata, "Pada sentuhan puisi semua orang menjadi cinta."

8. Bawa Anak Menikmati Keindahan Alam

   Mengajak anak melihat alam yang relatif masih belum tercemar, seperti pegunungan dan lautan lepas akan membantunya merasakan keindahan dan anugerah alam yang diberikan Tuhan untuk manusia. Biarkan ia merasakan udara yang sejuk segar, kicauan burung yang terbang bebas, menghirup bau rerumputan hijau dan dedaunan. Atau ajak ia menikmati terpaan angin pantai, lembutnya pasir, dan pemandangan riak ombak di lautan. Beri penjelasan di sela waktu Anda bersamanya, untuk menjabarkan betapa semua ini merupakan ciptaan-Nya. Betapa kecil manusia di hadapan Tuhan-Nya.

9. Bawa Mereka Ke Tempat Orang Menderita.

   Setelah Nabi Musa kembali dari Bukit Sinai, setelah bertemu dengan Tuhan, beliau merindukan bertemu dengan Tuhan, beliau merindukan pertemuan dengan-Nya. Nabi pun bermunajat "Tuhanku, di mana dapat kutemui Engkau?" Tuhan pun berfirman, "Temuilah aku di tengah-tengah orang-orang yang hancur hatinya." Mengajak anak-anak berkunjung ke panti asuhan, bukan hanya membuatnya mensyukuri nikmat yang ia dapatkan namun juga membantunya meningkatkan empati dan kemampuan sosial, seperti membantu mereka yang kesusahan.

10. Ikut serta dalam Kegiatan Sosial

    Merupakan kewajiban orang tua untuk mengembangkan sifat sosial dan kebiasaan menderma pada si kecil. Ajarkan ia untuk peka terhadap kondisi lingkungannya dan mau berbagi dengan orang lain yang membutuhkan. Jelaskan pula bahwa kewajiban kita untuk membantu saudara-saudara kita yang kurang mampu, sebab di sebagian rezeki kita ada hak mereka.

KESIMPULAN

Moral sering diartikan sebagai suatu tingkah laku seorang anak yang baik dan buruk. Jujur, dapat dipercaya, baik hati, ramah, setia kawan, dermawan, berempati, bersahabat, lembut, penuh kasih, dan ceria. Dalam hal ini, kita sebagai calon pendidik baik guru maupun orang tua perlu mengembangkan moral anak sejak dini, khususnya sejak usia prasekolah.

Menurut Lowrence Kohlberg, pada awalmya anak berperilaku baik agar mendapat pujian dan terhindar dari hukuman, dan agar anak dapat diterima untuk lingkungan sekitar dan terhindar dari kencaman orang lain.

Melihat dari hasil pembahasan tersebut penulis mencoba memberikan implikasi dalam menanamkan nilai-nilai moral pada anak prasekolah:

1. Kita sebagai guru maupun orang tua harus mengenalkan serta mengajarkan sikap dan perilaku yang sopan kepada anak-anak.
2. Kita sebagai orang tua atau guru memberikan contoh perilaku yang baik bagi anak-anak, karena ada pepatah yang mengatakan "Anak-anak tidak pernah menjadi pendengar yang baik bagi orang tuanya, tetapi mereka dapat menjadi peniru ulung bagi orang tuanya."
3. Guru dan orang tua hendaknya memberikan pujian-pujian bila ada perbuatan baik yang dilakukan anak, sebaliknya berikan hukuman bagi anak yang melakukan perbuatan yang tidak baik. Namun hukuman ini harus sesuai dengan perbuatannya.

Manusia hidup dalam dunia yang penuh dengan aturan, nilai, dan norma. Perilaku individu yang mengikuti aturan, nilai, norma yang berlaku di lingkungan sekitar disebut juga sebagai perilaku moral.

Anak-anak usia prasekolah belajar menjadi anggota masyarakat sosial. Dengan bantuan perhatian dan penjagaan orang tua atau guru, mereka dapat belajar untuk berbagi, untuk menahan diri tidak memukul, meski saat mereka marah. Mereka juga dapat mengem-

bangkan kepekaan akan hal yang benar dan salah, tentang bagaimana seharusnya seseorang diperlakukan.

Sangatlah sulit bagi anak-anak pada usia ini untuk melihat sudut pandang orang lain. Kemampuan mereka untuk mengontrol diri mereka sendiri. Mereka membutuhkan kasih sayang dan cinta, dorongan positif, dan penetapan batasan yang konsisten seputar perilaku mereka.

Pada usia ini, anak telah menyadari perlunya berbagi dengan orang lain. Anak juga telah mulai dapat mengembangkan kepekaan akan hal yang benar dan salah, tentang bagaimana seharusnya seseorang diperlakukan.

Maka nilai moral dapat terlihat dari mampunya seorang anak dapat membedakan antara yang baik atau buruk. Penanaman dan tahap-tahap pengembangan moral pada anak-anak tidak dapat dipisahkan dari proses sosialisasi yang terjadi antara mereka. Pada dasarnya, teori yang membahas mengenai perilaku moral pada anak beranggapan bahwa orang tua dan anak merupakam faktor yang sangat berpengaruh pada perkembangan moral anak sejak usia prasekolah.

PERKEMBANGAN SOSIAL PADA ANAK

Anak usia prasekolah adalah individu yang sedang mengalami suatu proses pertumbuhan dan perkembangan. Pada masa ini, anak mengalami perkembangan yang sangat pesat dan fundamental bagi perkembangan selanjutnya. Anak usia prasekolah memiliki rasa ingin tahu dan sikap antusias yang kuat. Pertumbuhan fisik dan perkembangan kemampuan gerak (motorik) kasar dan halus membuat anak ini banyak melakukan berbagai kegiatan. Kualitas kemampuan bergaul atau pada anak usia ini sudah lebih meningkat dari sebelumnya, dan mulai menunjukkan hubungan dan kemampuan kerjasama secara lebih intens. Namun demikian, sikap egosentrisnya masih melekat sehingga tidak heran kalau di antara anak usia ini terjadi konflik atau berebut sesuatu. Meningkatnya kesenangan anak untuk bergaul dan berhubungan dengan orang lain karena kemampuan anak untuk

memahami pembicaraan dan pandangan orang lain semakin meningkat.

Perkembangan sosial anak akan dipengaruhi oleh tiga faktor, yaitu keluarga, masyarakat, dan sekolah. Perkembangan sosial anak ditandai dengan meluasnya lingkungan pergaulan. Anak mulai melepaskan diri dari lingkungan keluarga, karena mereka telah banyak mengenal orang lain, baik dengan orang yang lebih dewasa maupun dengan teman sebaya. Meluasnya lingkungan sosial menyebabkan anak mendapat pengaruh dari luar lingkungan orang tua, khususnya dengan teman sebaya, baik di sekolah maupun di tempat lain. Anak telah mulai terlibat dalam permainan kelompok, ia menjadi anggota kelompok dan berinteraksi dengan anggota lain. Walaupun anak telah mulai bermain dengan anak lain, kadang-kadang anak hanya berlaku sebagai penonton saja. Walaupun hanya sebagai penonton, dengan melihat anak-anak lain bergaul, anak juga dapat belajar bagaimana cara bergaul atau bersosialisasi.

Kebutuhan sosial juga merupakan suatu syarat untuk pertumbuhan jiwa, yang bila tidak terpenuhi akan menghambat perkembangan jiwa anak. Perkembangan sosial ini tidak akan berjalan bila anak tidak di beri kesempatan untuk mengalami semua pahit manis yang timbul karena pergaulan. Kebutuhan sosial anak tidak dapat terpenuhi dengan hanya sekadar mempersatukan anak yang sebaya atau yang setingkat perkembangannya dalam satu kelas. Untuk mendengarkan uraian-uraian guru, yang dibutuhkan oleh anak ialah seorang guru yang dapat mengerti mereka, dan juga menyayangi mereka dengan segala kelebihan dan kekurangannya.

Orang tua atau keluarga merupakan tempat awal kehidupan anak, juga lingkungan tempat anak tumbuh di mana terdapat hubungan dengan orang-orang yang dekat dan berarti bagi anak. Jika anak-anak tumbuh dalam lingkungan rumah yang lebih banyak berisi kebahagiaan, maka anak akan cenderung mempunyai kesempatan untuk menjadi anak yang bahagia. Ini sebabnya, selain membimbing dan mengajarkan anak bagaimana cara bergaul dengan tepat, orang tua juga dituntut untuk menjadi model yang baik bagi anaknya. Karena

anak-anak usia balita senang meniru apa saja yang dilakukan orang tuanya, termasuk cara bergaul mereka dengan lingkungan.

Peran orang tua dalam mengembangan keterampilan bergaul anak memang besar. Selain memberi anak kepercayaan dan kesempatan, orang tua juga diharapkan memberi penguatan lewat pemberian ganjaran atau hadiah kalau anak bertingkah laku positif dapat hukuman kalau anak melakuan kesalahan. Dengan begitu, anak bisa berkembang menjadi makhluk sosial yang sehat dan bertanggung jawab.

A. Definisi Rasa Sosial

Perkembangan sosial adalah suatu proses untuk membentuk nilai, keterampilan, kelakuan, dan sikap seseorang sedemikian rupa hingga sesuai dengan tuntutan masyarakat tempat ia hidup. Kelompok dan lembaga tertentu memegang peranan penting dalam proses perkembangan sosial yaitu keluarga, teman sebaya, sekolah, dan masyarakat.

Perkembangan sosial adalah proses perubahan pada manusia yang perilakunya mencerminkan keberhasilan dalam tiga proses yaitu, dapat diterima secara sosial, dapat memainkan peran sosial yang dapat diterima, dan perkembangan sikap sosial. Yang terjadi secara progresif, sistematis, koherensif, dan terarah menuju kedewasaan, juga bersifat kualitatif, kuantitatif terjadi terus-menerus tidak pernah statis.

1. Menurut Sunaryo

Perilaku sosial merupakan aktivitas dalam hubungan dengan orang lain, baik orang tua, saudara, guru, maupun teman yang meliputi proses berpikir, beremosi, dan menggambil keputusan.

Perilaku sosial berhubungan dengan semua orang, terutama orang tua, saudara, guru maupun teman dalam bermain, berpikir, dan beremosi.

2. Menurut Elizabeth B. Hurlock

Perkembangan sosial berarti perolehan kemampuan berperilaku yang sesuai dengan tuntutan sosial, menjadi orang yang mampu bermasyarakat (*sosialized*). Perkembangan sosial adalah kemampuan berperilaku yang baik, yang harus dimiliki seseorang dalam bermasyarakat.

3. Menurut Gordon dan Browne

Mengembangkan keterampilan sosial yang perlu dipelajari anak di TK yaitu membina hubungan dengan anak lain, membina hubungan dengan kelompok, dan membina diri sebagai individu.

Sosialisasi adalah proses penyesuaian diri anak terhadap adat istiadat, kebiasaan dan cara hidup di lingkungan, serta pengalaman sosialnya dan seberapa baik ia dapat bergaul dengan orang lain sangat bergantung kepada pengalaman belajar selama tahun-tahun pertama. Pengaruh lingkungan sekolah terhadap perkembangan sosial anak, diharapkan dapat bertenggang rasa terhadap orang lain, bekerjasama dengan teman, mudah bergaul atau berinteraksi dangan orang lain, dan mengenal dirinya sendiri.

4. Menurut Fawzia

Tiap orang tua mempunyai gaya pengasuhan yang berbeda satu dengan lainnya. Gaya pengetahuan orang tua terhadap anaknya, akan berpengaruh pada perkembangan sosial dan kepribadian anak.

Tiap orang tua mempunyai gaya pengasuhan yang berbeda-beda. Orang tua yang baik akan menurunkan perkembangan sosial anak yang baik. Begitu pun sebaliknya, orang tua yang tidak peduli atau tidak baik, maka anak pun akan sama perkembangan sosialnya.

5. Menurut Elizabeth B. Hurlock

Perilaku ini dapat memiliki pola periaku sosial dan tidak sosial.

Pola perilaku sosial antara lain:

a. Kerjasama.

b. Persaingan.
c. Kemurahan hati.
d. Hasrat akan penerimaan sosial.
e. Simpati.
f. Empati.
g. Ketergantungan.
h. Sifat ramah.
i. Sikap tidak mementingkan diri sendiri.
j. Meniru.
k. Perilaku kelekatan (*attachment behavior*).

Pola perilaku tidak sosial adalah:

a. Negativisme.
b. Agresi.
c. Pertengkaran.
d. Mengejek dan menggertak.
e. Perilaku yang sok kuasa.
f. Egosentrisme.
g. Prasangka.
h. Antagonisme jenis kelamin.

Pola perilaku sosial dapat dibagi dua, pola perilaku sosial dan tidak sosial. Pola perilaku sosial sifatnya lebih cenderung positif, Adapun pola perilaku tidak sosial sifatnya lebih cenderung negatif. Perkembangan sosial pada masa usia TK dipengaruhi oleh kualitas hubungan anak dengan keluarganya dan oleh kualitas bermain bersama teman seluasnya.

6. Vygotsky

Perkembangan proses sosial sejak lahir, anak dapat dibantu oleh orang lain (baik orang dewasa maupun kelompok) yang lebih kompeten dalam keterampilan dan teknologi dalam kebudayaan.

Pendapat yang dikembangkan Vygotsky sesuai dengan perkembangan yang telah ada selama ini, karena proses sosial sejak lahir tan-

pa bantuan orang lain tidak akan terjadi apa lagi dengan keterampilan dan teknologi dalam kebudayaan.

B. Masalah-masalah yang Berkaitan dengan Perkembangan Sosial

Dalam mengembangkan rasa sosial pada anak, banyak masalah yang terjadi pada anak antara lain:

1. Hartup

   Menemukan dalam penelitian bahwa anak TK mengenal tingkah laku agresif melalui peniruan terhadap tingkah laku orang tua maupun orang lain di sekitar. Tidak semua tingkah laku agresif merupakan hasil peniruan, misalnya anak memukul teman sepermainannya, tidak selalu karena meniru orang lain tetapi karena ingin melampiaskan kemarahan kepada teman yang telah mengganggunya. Tetapi anak menjadi agresif kebanyakan karena dia meniru perbuatan yang tidak baik.

2. Elizabeth B. Hurlock

   Perilaku sok kuasa adalah kecenderungan untuk mendominasi orang lain atau menjadi "majikan", jika diarahkan secara tepat hal ini dapat menjadi sifat pemimpin, tetapi umumnya tak demikian,dan biasanya hal ini mengakibatkan timbulnya penolakan dari kelompok sosial.

   Sikap ini terbentuk karena anak terbiasa dilayani untuk mencukupi kebutuhannya. Umumnya, sikap ini muncul bila orang tua kelewat memerhatikan atau memanjakan anak. Sikap berkuasa ini akan kian subur jika keluarga begitu permisif dengan alasan anak masih kecil. Adapun tipe pemimpin biasanya mengayomi, tak cuma main perintah tetapi mau sama-sama terjun langsung.

3. Amato dan Keith

   Menyebutkan bahwa perceraian tidak selalu berdampak negatif bagi anak. Anak lebih baik dibesarkan oleh orang tua tunggal daripada orang tua lengkap namun penuh dengan pertentangan dan konflik. Karena akan membahayakan si anak. Anak akan

menjadi stres, dan membuat anak menjadi minder atau malu dalam bersosialisasi.

4. Schachter

   Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebutuhan untuk berafiliasi ternyata berhubungan dengan rasa takut atau cemas.

C. Pengaruh Lingkungan dalam Perkembangan Sosial Anak Taman-kanak

1. Keluarga

Keluarga, merupakan tempat awal kehidupan anak, juga lingkungan anak tumbuh di mana terdapat hubungan dengan orang-orang yang dekat dan berarti bagi anak. Jika anak-anak tumbuh dalam lingkungan rumah yang lebih banyak berisi kebahagiaan, maka anak akan cenderung mempunyai kesempatan untuk menjadi anak yang bahagia. Hubungan yang tidak rukun dengan orang tua atau saudara akan lebih banyak manimbulkan kemarahan dan kecemburuan sehingga emosi ini akan cenderung menguasai anak di rumah. Orang tua yang melindungi anak secara berlebihan (*overprotective*), yang hidup dalam prasangka bahaya terhadap segala sesuatu, akan menimbulkan rasa takut yang dominan pada anak

Fungsi Keluarga dalam Perkembangan Sosial Anak

Keluarga mempunyai peranan yang sangat penting bagi proses sosialisasi anak, karena keluarga merupakan tempat awal kontak anak dalam anggota keluarga (ibu dan bapak) pada tahun-tahun pertama kehidupan anak. Fungsi keluarga yang sangat penting di antaranya sebagai wadah sosialisasi bagi anak-anak. Keluarga merupakan suatu sistem interaksi antara individu secara timbal balik.

1. Gaya Pengasuhan

   Tiap orang tua mempunyai gaya pengasuhan yang berbeda satu dengan yang lainnya. Gaya pengasuhan orang tua dengan anaknya, akan berpengaruh pada perkembangan sosial dan kepribadian anak. Ada empat macam gaya pengasuhan antara lain:

a) Otoriter

Yaitu gaya pengasuhan yang ditandai oleh kontrol yang ketat dan tidak ada keterlibatan orang tua. Orang tua membuat aturan-aturan yang harus dipatuhi anak, tidak boleh dibantah atau didiskusikan. Bila dilanggar oleh anak, akan ada hukuman dan tidak ada pendekatan mengenai peraturan yang berlaku.

b) Otoritatif

Yaitu gaya pengasuhan di mana orang tua melakukan kontrol kepada anak, tetapi tidak terlalu ketat. Pada umumnya ialah orang tua yang tegas namun mau memberikan penjelasan mengenai aturan yang diterapkan dan memberi kesempatan untuk mendiskusikannya, orang tua paham akan keinginan dan kebutuhan anak. Mereka tanggap dan mengabulkannya bila hal itu masuk akal dan mungkin dilaksanakan.

c) Pemurah-Permisif

Orang tua memberikan kebebasan kepada anak, dan tidak terlalu banyak menuntut dan melarang anak. Orang tua mempunyai sifat hangat, suka merawat, dan melibatkan diri dengan anak. Pengawasan selalu dilaksanakan walau tidak terlalu ketat. Umumnya mereka toleran terhadap perilaku anak dan jarang memberikan hukuman.

d) Tak Pedulian-Tak Terlibat

Orang tua sedikit memenuhi kebutuhan anaknya, baik kebutuhan fisik maupun emosi anak. Orang tua cenderung mengurangi kesempatan bergaul dengan anak dan sangat membatasi berbagai upaya dengan anak. Orang tua membuat jarak psikologis dengan anaknya.

Dapat disimpulkan, gaya orang tua yang tak peduli sangat merugikan anak. Anak akan menjadi impulsif dan mudah frustrasi, maka setelah dewasa mereka tidak memiliki rasa tanggung jawab dan tidak mau memimpin. Sebaliknya, orang tua yang otorita-

tif cenderung mempunyai anak yang bertanggung jawab, percaya diri, dan ramah. Adapun orang tua yang otoriter cenderung mempunyai anak yang kurang bertanggung jawab, karena anak merasa bahwa pengawasan yang ketat dari orang tua, berarti dirinya belum mampu bertanggung jawab.

2. Keluarga yang Berubah

   Tidak selamanya keluarga selalu utuh. Perceraian menyebabkan terjadinya orang tua tunggal, kalaupun banyak keluarga yang ibunya bekerja di luar rumah. Kandisi semacam ini akan membawa pengaruh bagi perkembanan sosial anak.

2. Masyarakat

Jika anak diterima dengan baik oleh kelompok teman sebaya, besar kemungkinan anak mempunyai emosi yang menyenangkan.

Fungsi kelompok teman sebaya

Kebanyakan interaksi sosial anak-anak sebaya terjadi dalam situai bermain. Bermain mempunyai banyak manfaat di antaranya:

1. Bermain mendorong perkembangan sosial anak. Terutama permainan fantasi, anak memerankan tokoh tertentu yang memberi kesempatan pada anak untuk memahami orang lain dan memerankan peranan yang kelak disandang bila mereka besar.
2. Bermain memberi kesempatan untuk bereksplorasi di lingkungan sekitar, belajar mengenal objek, atau benda dan memecahkan persoalan.
3. Bermain untuk memecahkan persoalan-persoalannya, belajar memahami rasa takut, dan konflik-konflik batin yang dialaminya dengan cara dan situasi yang tidak menakutkan.

Teman sebaya saling mempengaruhi dan tidak hanya bertindak sebagai pendukung, tetapi juga sebagai contoh. Anak mendapat berbagai jenis pengetahuan dan berbagai macam respons dengan memperhatikan tingkah laku teman sebaya.

3. Sekolah

Ketika anak memasuki sekolah, guru mulai memasukkan pengaruh terhadap sosialisasi anak, di samping pengaruh teman sebaya dan orang tua. Walaupun pada kenyataannya pengaruh teman sebaya lebih kuat mempengaruhi anak, dibanding dengan pengaruh orang tua dan guru.

Fungsi Sekolah dan Masyarakat dalam Perkembangan Sosialisasi Anak

Sekolah merupakan suatu masyarakat kecil. Anak dapat bergaul dengan teman-temannya, juga dengan ibu guru. Di sekolah ada anak yang nakal, baik, atau anak yang lemah membutuhkan pertolongan. Untuk itu sekolah merupakan tempat yang dapat mengambangkan rasa sosial anak. Anak belajar bersabar terhadap gangguan temannya yang nakal, anak belajar menolong temannya. Jadi sekolah merupakan tempat latihan atau persiapan bagi anak untuk menghadapi kehidupan tanpa perlindungan ibu bapak dan harus bisa mandiri.

D. Macam-macam Masalah yang Berkaitan dengan Pergaulan atau Hubungan Sosial

1. Agresif

Agresivitas merupakan tingkah laku menyerang baik secara fisik maupun verbal, atau baru berupa ancaman yang disebabkan karena adanya rasa permusuhan. Tingkah laku ini sering kali muncul sebagai reaksi emosi terhadap frustrasi, misalnya karena dilarang melakukan sesuatu. Agresi juga sering kali timbul karena tingkah laku agresif yang sebelumnya mengalami penguatan. Hal ini dapat terjadi karena pada beberapa keluarga anak agresif justru dihargai. Selain itu, tingkah laku orang tua juga merupakan model yang paling efektif bagi anak. Biasanya tingkah laku yang muncul pada anak ialah marah secara verbal, menyerang, dan merusak. Umumnya, antara tiga sampai tujuh tahun kontrol agresivitas anak meningat. Bila anak usia dua tahun berusaha meredakan kemarahnnya dengan memukul, maka pada usia empat tahun ia mungkin lebih suka bertengkar dengan mulut. Pada usia sekitar delapan sampai sembilan tahun, anak sudah

lebih dapat mengontrol agresivitasnya, walaupun perkelahian masih tetap terjadi.

Penanganan:

1. Ganjaran untuk tingkah laku yang diharapkan.
2. Tidak memedulikan tingkah laku agresif.
3. Mengajarkan keterampilan sosial.
4. Beri alternatif untuk menghilangkan kemarahan.
5. Tegakkan disiplin.
6. Mencari sumber agresivitas.

2. Negativisme

Negativisme adalah perlawanan terhadap tekanan dari pihak lain unuk berperilaku tertentu. Biasanya hal ini dimiliki pada usia dua tahun dan mencapai puncaknya antara umur tiga dan enam tahun. Ekspresi fisiknya mirip dengan ledakan kemarahan, tetapi secara setahap demi setahap diganti dengan penolakan lisan untuk menuruti perintah.

3. Pertengkaran

Pertengkaran merupakan perselisihan pendapat yang mengandung kemarahan yang umumnya dimulai apabila seseorang melakukan penyerangan yang tidak beralasan. Pertengkaran berbeda dengan agresi karena pertengkaran melibatkan dua orang atau lebih Adapun agresi merupakan tindakan individu. Karena salah seorang yang terlibat dalam pertengkaran memainkan peran bertahan Adapun dalam agresi peran selalu agresif.

4. Mengejek dan Menggertak

Mengejek merupakan serangan secara lisan terhadap orang lain, tetapi menggertak merupakan serangan yang bersifat fisik. Dalam kedua hal ini si penyerang memperoleh keputusan dengan menyaksikan ketidakkenaan korban dan usahannya untuk membalas dendam.

5. Perilaku yang Sok Kuasa

Perilaku sok kuasa adalah kecenderungan untuk mendominasi orang lain atau menjadi "majikan" jika diarahkan secara tepat. Hal ini dapat menjadi sifat kepemimpinan, tetapi umumnya tidak demikian, dan biasanya hal ini mengakibatkan timbulnya penolakan dari kelompok sosial.

6. Prasangka

Landasan prasangka terbentuk pada masa kanak-kanak awal yaitu tatkala anak menyadari bahwa sebagian orang berbeda dari mereka dalam hal penampilan dan perilaku. Dan perbedaan ini oleh kelompok sosial dianggap sebagai tanda kerendahan. Bagi anak kecil tidaklah umum mengeskpresikan prasangka dengan bersikap membedakan orang-orang yang mereka kenal.

7. Bohong

Berbohong merupakan hal yang sering kali dilakukan anak-anak. Biasanya dilakukkan dalam bentuk:

a. Memutarbalikan kebenaran.
b. Melebih-lebihkan.
c. Membual.
d. Konfabulasi.
e. Menyalahkan orang lain untuk kesalahan yang dibuatnya sendiri.

Alasan anak berbohong:

a. Melindungi diri, dari hukuman orang tua.
b. Menolak kenyataan, sebagai cara mengatasi ingatan dan perasaan yang menyakitkan.
c. Butuh perhatian.
d. Belum dapat membedakan antara kenyataan dan fantasi.
e. Benci terhadap orang lain.
f. Melindungi anak lain.
g. Ingin sesuatu.

h. Tidak dipercaya orang tua.
i. Citra diri negatif.
j. Adanya contoh yang salah.

Penanganan:

a. Memberi hukuman sebagai pengalaman bahwa berbohong justru merugikan. Orang tua juga harus menanamkan pentingnya nilai kejujuran.
b. Mengajarkan nilai moral dengan menunjukkan bahwa berbohong tidak baik karena merusak orang lain juga diri sendiri.
c. Memberi umpan balik pada cerita anak yang belum dapat membedakan antara kenyataan dan fantasi.
d. Cari penyebab tingkah laku bohong anak dan upayakan penyelesaiannya.

8. Bully

Bully merupakan ancaman baik fisik maupun verbal terhadap seorang anak oleh anak lain, dengan tujuan memperoleh kepuasan. Si pelaku *bully* biasanya merasa sangat puas melihat kegelisahan bahkan sorot mata permusuhan dari si korban. Pada anak *bully* biasanya baru muncul di usia sekolah dan berlangsung hingga bertahun-tahun. Akibatnya, *bully* sering mempengaruhi korban. Gejala yang timbul antara lain depresi, rendah diri, reaksi paranoid (curiga tanpa alasan), cemas, obsesi (munculnya pikiran yang tidak masuk akal secara terus-menerus), agresi hingga bunuh diri.

Pelaku *bully* adalah anak-anak yang tidak punya rasa takut atau perasaan takutnya rendah. Adapun korbannya ialah anak-anak yang tidak dapat melawan ketika diancam atau diperas. Melalui *bully* anak juga dapat mengalihkan rasa dendamnya terhadap orang lain, kepada korban.

9. Clowning (Membadut)

Pada anak yang sering kali menunjukkan gerak tubuh atau perilaku yang tampak kebodoh-bodohan atau konyol disebut *clown-*

ing atau membadut. Mereka suka bercanda dan respons negatif tidak mengurangi tingkah laku bodohnya. Tingkah laku ini dapat berkembang menjadi kebiasaan dan menjadi bagian dari kepribadian.

Penyebab:

a. Mencari perhatian.
b. Mengalihkan perhatian orang lain dari permasalahan yang sebenarnya.

Penanganan:

a. Menganalisis penyebabnya dan segera bertindak.
b. Mengabaikan tingkah laku "konyol".

10. Curang

Ada beberapa hal yang menyebabkan anak berbuat curang yaitu:

a. Tekanan dari luar untuk menjadi orang terbaik, misalnya tekanan orang tua agar anak selalu jadi juara kelas.
b. Egosentris, sehingga menang terus.
c. Takut gagal, karena anak tidak pernah disiapkan menghadapi konsekuensi dalam melakukan sesuatu.

Penanganan:

a. Menunjukkan ketidaksukaan terhadap tingkah lakunya saat main bersama.
b. Mengajarkan bahwa kecurangan hanya akan merugikan, karena tidak ada yang mau main dengannya.
c. Memberi cinta tanpa syarat.
d. Membangkitan rasa percaya diri dengan membantu anak menerima segala kemampuan dan keterbatasannya.

11. Egosentrisme

Seseorang dikatakan egosentris, bila lebih peduli terhadap dirinya sendiri daripada orang lain. Mereka lebih banyak berpikir dan bicara mengenai diri sendiri dan tujuan aksi mereka semata-mata un-

tuk keuntungan pribadi. Umumnya, anak-anak masih egosentris dalam berpikir dan berbicara. Hal ini merugikan penyesuaian diri dan sosial. Ada tiga hal yang mendasari egosentrisme antara lain:

a. Merasa superior

   Karena merasa superior, anak egosentris berharap orang memuji sepak terjangnya, dan diberi peran pemimpin. Mereka jadi sok berkuasa, tidak peduli terhadap orang lain, tidak mau bekerja sama, dan sibuk bicara mengenai diri sendiri.

b. Merasa inferior

   Individu akan memfokuskan semua permasalahan terhadap diri sendiri karena merasa tidak berharga dalam kelompok. Anak yang demikian biasanya mudah dipengaruhi dan selalu mau disuruh orang lain.

c. Merasa menjadi korban

   Perasaan tidak diperlukan secara adil membuat mereka marah kepada semua orang. Akibatnya, keinginan mereka untuk ikut andil dalam kelompok sangat kecil dan kelompok cenderung mengabaikan mereka. Apabila mereka menunjukkan kemarahannya secara agresif, maka kelompok akan menolaknya.

Penyebab:

Dasar dari pembentukan sikap dan perilaku yang egosentris umumnya berasal dari rumah, yaitu: terlalu dilindungi, favoritisme orang tua, aspirasi orang tua, usia orang tua, urutan kelahiran, urutan keluarga, dan jenis kelamin anak.

Penanganan:

a. Mengajarkan empati

   Hal ini dapat dilakukan dengan permainan peran, seperti pada sandiwara boneka. Waktu ini orang tua dapat menyelipkan nilai-niai yang menunjukkan kasih sayang serta perhatian pada orang lain.

b. Menunjukkan dan mendiskusikan hasil positif memerhatikan orang lain.

Anak lebih banyak diberi kesempatan untuk bekerja sama dan menolong orang lain.

E. Cara Mengembangkan Rasa Sosial yang Positif pada Anak Prasekolah

1. Aturan

Elemen paling penting dari disiplin ialah aturan. Bentuk dari aturannya sendiri dapat ditentuan oleh orang tua, guru, atau teman bermain. Tujuannya memberi anak semacam pedoman bertingkah laku yang dapat diterima sesuai situasi dan kondisi pada saat itu.

Fungsi aturan:

1. Pendidik.
2. Pengendalian diri.
   Dalam menentukan peraturan ada tiga hal yang perlu diingat yaitu: aturan harus *dimengerti, diingat, diterima* oleh anak.

2. Disiplin

Disiplin berasal dari kata *"disiple"* yang artinya, orang yang belajar atau yang secara sukarela mengikuti pemimpinnya, orang tua, dan guru. Sementara anak adalah *disiple*. Jadi, pengertian disiplin adalah cara masyarakat (orang tua, guru, orang dewasa lain) mengajarkan tingkah laku moral pada anak yang dapat diterima oleh kelompoknya.

Ada tiga macam teknik disiplin yaitu:

a. Teknik disiplin otoriter
   Aturan ditegakkan secara kaku. Bila tingkah laku anak tidak sesuai dengan patokan yang berlaku pasti ada hukumannya.
b. Teknik disiplin permisif
   Tenik ini dapat dikatakan tidak mengarah anak untuk bertingah laku sesuai dengan masyarakat. Mereka diperbolehkan untuk melakukan apa saja. Akibatnya, mereka jadi cemas, takut, dan agresif.
c. Teknik disiplin demokratis
   Mengembangkan kendali tingkah laku sehingga anak mampu melakukan hal yang benar tanpa harus ada yang mengawasi.

3. Empati

Empati adalah kemampuan untuk menempatkan diri pada posisi orang lain untuk mengerti pandangan dan perasaan orang lain. Hal ini hanya berkembang jika anak dapat memahami ekspresi wajah atau maksud pembicaraan orang lain. Adanya kemampuan berempati kemungkinan anak bergaul dengan lingkungannya secara lebih sehat dan bertanggung jawab.

4. Kerja sama

Sejumlah kecil anak belajar bermain atau bekerja secara bersama dengan anak lain sampai mereka berumur empat tahun. Semakin banyak kesempatan yang mereka miliki untuk melakukan sesuatu bersama-sama, semakin cepat mereka belajar melakukannya dengan cara bekerja sama.

5. Hasrat akan Penerimaan Sosial

Jika hasrat untuk diterima kuat, hal ini mendorong anak untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan sosial. Hasrat untuk diterima oleh orang dewasa biasanya timbul lebih awal dibandingkan dengan hasrat untuk teman sebaya.

6. Hati Nurani

Dengan adanya hati nurani, seseorang dapat menentukan apakah keinginan untuk berbuat sesuatu dapat dilakukan atau tidak. Hati nurani berfungsi sebagai pengendali tingkah laku dan tidak diperoleh manusia sejak lahir. Ia baru berkembang pada saat anak berusia tiga sampai empat tahun. Di sini peran orang tua serta lingkungan memang sangat penting, bukan hanya untuk menanamkan nilai dan norma yang berlaku tatapi juga untuk menjaga keseimbangan agar sistem nilai yang terbentuk tidak menjadi kaku atau terlalu longgar.

7. Sikap Ramah

Anak kecil memperlihatkan sikap ramah melalui kesediaan melakukan sesuatu untuk bersama anak atau orang lain dan dengan

mengekspresikan kasih sayang kepada mereka.

8. Identifikasi

Identifikasi adalah proses terjadinya pengaruh sosial pada seseorang yang didasarkan keinginan orang ini untuk menjadi individu lain yang dikaguminya.

9. Kemandirian

Dasar dari kemandirian ialah rasa pecaya diri. Pada anak rasa percaya diri sedang dalam masa pembentukan. Segala tingkah laku mandiri sebenarnya berawal dari rasa ingin tahu, dan kesadaran anak bahwa ia terpisah dari lingkungan.

10. Moralitas

Bermoral adalah tingkah laku yang mengikuti norma-norma yang ada di masyarakat. Tingkah laku ini biasanya ditampilkan karena dianggap sebagai sesuatu yang baik, ideal, dan didambakan oleh kebanyakan masyarakat.

KESIMPULAN

Dari uraian bab di atas kita dapat mengetahui bagaimana cara yang baik membantu anak dalam bersosialisai dengan keluarga, dan lingkungan. Kita para orang tua, guru saling membantu satu sama lain agar pergaulan yang terjadi di kalangan murid dan anak kita tidak terjerumus nilai negatif karena pengaruh buruk akibat dari salah pergaulan yang sering terjadi akhir-akhir ini. Jika terjadi tentu perkembangan anak-anak kita menjadi tidak sehat dan ini dapat merisaukan semua kalangan, baik orang tua maupun guru.

Maka penulis sampai pada kesimpulan:

1. Perkembangan sosial pada anak sangatlah penting untuk ditawarkan pada orang tua, agar mereka belajar bahwa anak merupakan seseorang yang berharga, setiap napasnya merupakan semangat hidup orang tua. Walaupun betapa sakitnya melahirkan, orang tua

tidak akan mengatakan bahwa mereka menyesal telah melahirkan.

2. Pada seorang guru, juga lebih memerhatikan bagaimana perkembangan sosial muridnya saat mereka sedang bermain dengan teman. Jangan sampai para guru lepas tangan begitu saja. Anak adalah alat perekam yang baik dan guru merupakan model apapun. Yang kita perbuat merupakan contoh bagi mereka baik maupun buruk.
3. Kita dapat menarik kesimpulan yang sangat sederhana. Anak adalah seorang manusia Seperti kertas putih tidak bernoda, jangan samakan mereka dengan orang dewasa walaupun mereka akan dewasa.

SARAN

Setelah melihat hal-hal apa saja yang dapat mengembangkan rasa sosial pada anak prasekolah, dengan ini penulis ingin memberikan saran yang tujuannya membangun pihak-pihak yang berhubungan langsung dengan anak. Sehingga para orang tua dan guru saling bekerja sama untuk membimbing anak-anak ke dunia mereka yang menyenangkan, sesuai, dan bersahabat. Bantu mereka supaya dapat bersosialisai dengan baik dan mempunyai keterampilan yang bagus agar menjadi pribadi yang hangat. Berikan mereka kesempatan juga tentunya dengan batasan yang telah ada sesuai dengan aturan. Betapa pentingnya anak harus mempunyai kemampuan berperilaku yang sesuai dengan tuntutan sosial, belajar berperilaku yang dapat diterima secara sosial, memainkan peran sosial yang dapat diterima, sikap sosial.

Sikap anak yang harus dicegah: Berbohong, egosentris, sok kuasa, curang.

Dalam kehidupan taman kanak-kanak, sosialisasi adalah penting. Kemampuannya untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan penerimaan serta pengalamannya selama melakukan aktifitas sosial positif atau negatif ialah modal dasar untuk satu kehidupan sukses. TK mempunyai peran penting karena saat ini merupakan awal dari

mulainya anak bersosialisasi setelah lingkungan keluarga. Di sini peran kita sebagai calon guru TK diperlukan karena selain orang tua di rumah guru ialah modal mereka di sekolah. Apa yang mereka lihat, dengar, dan rasakan akan mereka utarakan. Kesabaranlah yang sangat dibutuhkan karena menghadapi anak-anak tidaklah semudah menghadapi orang dewasa.

Apa yang anak pupuk di masa kanak-kanak akan mereka petik buahnya di masa dewasa kelak. Peran kita para guru dan orang tua selain mengembangkan pergaulannya juga mengembangkan keterampilannya. Tentunya dengan memberikan kesempatan, dengan begitu anak dapat berkembang menjadi makhluk sosisal yang sehat dan bertanggung jawab.

BAB 12

PSIKOLOGI PERKEMBANGAN PADA PENDIDIKAN DI INDONESIA

LATAR BELAKANG

Sejak manusia lahir ke dunia, manusia telah melakukan beberapa usaha pendidikan dalam rangka mendidik anak-anaknya meskipun dengan cara yang sangat sederhana. Pada dasarnya, tujuan pendidikan antara lain:

1. Mengembangkan sebuah bakat dan kemampuan seseorang baik yang masih anak maupun yang telah dewasa sedemikian rupa sehingga perkembangan tadi mencapai tingkat optimum dalam batas hakikat orang tadi. Pengembangan optimum ini mendasari kemampuan manusia untuk hidup dan bertahan dalam masyarakat secara terhormat.
2. Menempatkan bangsa Indonesia pada tempat terhormat dalam pergaulan antar bangsa sedunia.

Selain itu, manusia saling berinteraksi untuk menenuhi kepentingan hidupnya. Oleh karena itu, pendidikan merupakan suatu masalah setiap individu dari dahulu, sekarang, dan masa yang akan datang.

APLIKASI PSIKOLOGI PERKEMBANGAN TERHADAP PENDIDIKAN DI INDONESIA

A. Definisi

Psikologi perkembangan adalah bidang studi psikologi yang mempelajari perkembangan manusia dan faktor-faktor yang membentuk perilaku seseorang sejak lahir sampai lanjut usia. Psikologi perkembangan juga mempelajari tentang tahapan-tahapan hidup manusia. Dalam tahapan ini juga dikaitkan dengan masalah pendidikan khususnya di Indonesia. Karena pendidikan adalah hal yang sangat penting bagi manusia untuk menjalani hidupnya. Selain itu, psikologi perkembangan berkaitan erat dengan psikologi sosial, karena sebagian besar perkembangan terjadi dalam konteks adanya interaksi sosial. Dan juga berkaitan erat dengan psikologi kepribadian, karena perkembangan individu dapat membentuk kepribadian khas dari individu ini. Dalam dunia pendidikan ini juga terbagi dalam berbagai jenjang dan tempo perkembangan sesuai dengan tahap perkembangan hidup manusia.

B. Tempo Perkembangan

Tempo perkembangan merujuk kepada jangka masa dalam kehidupan seseorang yang ditandakan dengan beberapa kriteria. Tempo perkembangan manusia dibagikan mengikut urutan yaitu:

a. Prenatal

   Prenatal adalah tempo masa dari dalam kandungan sehingga kelahiran. Melibatkan pertumbuhan pesat dari satu unit sel kepada satu ornisma kompleks.

b. Bayi

   Pada usia 18 bulan hingga 24 bulan. Tempoh kebergantungan yang tinggi kepada orang dewasa dan tempoh permulaan aktivitas psikologi.

c. Kanak-kanak awal

   Pada usia 25 bulan hingga 6 tahun. Juga dikenali sebagai peringkat prasekolah. Belajar menjadi *self-sufficient*, bersedia untuk belajar dan suka bermain dengan rekan sebaya.

d. Kanak-kanak pertengahan dan akhir

   Pada usia 6 hingga 11 tahun dan mulai bersekolah. Dikenali sebagai tempoh *the elementary school year*. Mulai menguasai kemahiran membaca, mengira, dan menulis.

e. Remaja

   Tempoh transisi daripada kanak-kanak kepada orang dewasa awal. Bermula antara 10-12 tahun hingga 18-22 tahun. Mengalami pertumbuhan biologi yang pesat. Mula berdikari, membentuk identitas, berpikiran logis, abstrak, dan idealistis.

f. Dewasa awal

   Awal 20-an hingga 30-an, masa pengukuhan pribadi, ekonomi, dan memulakan hidup berkeluarga.

g. Dewasa pertengahan

   Ketika pada usia 40-60-an, menjadi matang dan memperolehi kepuasan kerjanya.

h. Dewasa akhir

   Pada usia 60-70-an hingga meninggal dunia. Terbagi kepada dua yaitu tua awal (65-74 tahun) dan tua akhir (75 tahun dan ke atas).

Faktor pendorong pengaktifan kembali bidang studi psikologi perkembangan:

Pertama, perubahan orientasi dalam riset psikologi perkembangan menjadi eksperimental. Teknik pengukuran dan pengontrolan dalam eksperimen, yang berhasil digunakan dalam bidang psikologi eksperimen umum, mulai dimanfaatkan dalam psikologi perkembangan.

Perubahan juga terjadi dalam fokus penelitian, ditandai dengan perubahan, dari studi tentang perkembangan tingkah laku secara umum menjadi penelitian eksperimental terhadap masalah-masalah khusus. Tidak lagi berpusat pada studi terhadap anak, yang terkadang mempunyai pendekatan tersendiri dan berbeda dengan alur berpikir psikologi pada umumnya.

Kedua, ditemukan kembali hasta karya Piaget. Piaget merupakan

psikolog dari Swiss yang melakukan penelitian mengenai perkembangan kognisi.

Ketiga, ditemukan terhadap asal mula tingkah laku, yang ditandai dengan meningkatnya riset terhadap bayi. Peningkatan ini didorong adanya alat-alat yang makin modern dan teknik pencatatan yang semakin baik, seperti perangkat elektronik dan fotografis yang digunakan dalam studi mengenai perkembangan persepsi bayi.

Mempelajari psikologi perkembangan tidak hanya berguna bagi orang tua dan guru dalam memberikan pendidikan kepada anak sesuai dengan tahap perkembangannya, tetapi juga berguna ketika memahami diri kita sendiri.

Psikologi perkembangan memberikan wawasan dan pemahaman soal sejarah perjalanan hidup kita sejak bayi, anak-anak, remaja, dewasa, sampai usia lanjut. Lebih dari itu, psikologi perkembangan juga berguna bagi pengambil kebijaksanaan dalam merumuskan program bantuan untuk anak dan remaja.

Seiring dengan perkembangan masyarakat kontemprorer yang ditandai oleh perubahan cepat dalam berbagai dimensi kehidupan individu, psikologi perkembangan kian dirasakan manfaatnya di masyarakat. Masyarakat kian menyadari, betapa individu (anak, remaja, dan orang dewasa) yang hidup di era modern sekarang berada pada masa sulit. Jadi, dibutuhkan pemahaman tentang psikologi perkembangan.

C. Jenjang Pendidikan

Jenjang pendidikan adalah tahapan pendidikan yang ditetapkan berdasarkan tingkat perkembangan peserta didik, tujuan yang akan dicapai, dan kemampuan yang dikembangkan. Pendidikan di Indonesia mengenal tiga jenjang pendidikan, yaitu pendidikan dasar (SD/MI/Paket A, dan SLTP/MTs/Paket B), pendidikan menengah (SMU, SMK), dan pendidikan tinggi. Meski tidak termasuk dalam jenjang pendidikan, terdapat pula pendidikan anak usia dini, pendidikan yang diberikan sebelum memasuki pendidikan dasar.

a. Pendidikan dasar

Pendidikan ini merupakan pendidikan awal selama sembilan tahun pertama masa sekolah anak-anak, yaitu di sekolah dasar (SD) dan sekolah menengah pertama (SMP). Pada masa ini, para siswa mempelajari bidang-bidang studi antara lain: Ilmu Pengetahuan Alam, Matematika, Ilmu Pengetahuan Sosial, Bahasa Indonesia, Bahasa Inggris, Pendidikan Seni, dan Pendidikan Olahraga. Di akhir masa pendidikan di SD, para siswa harus mengikuti dan lulus dari Ujian Nasional (UN) untuk dapat melanjutkan pendidikannya ke SMP dengan lama pendidikan tiga tahun.

b. Pendidikan menengah

Pendidikan menengah merupakan lanjutan pendidikan dasar, terdiri atas pendidikan menengah umum dan pendidikan menengah kejuruan. Pendidikan menengah berbentuk sekolah menengah atas (SMA), madrasah aliyah (MA), sekolah menengah kejuruan (SMK), dan madrasah aliyah kejuruan (MAK), atau bentuk lain yang sederajat.

c. Pendidikan tinggi

Pendidikan tinggi adalah jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah yang mencakup program pendidikan diploma, sarjana, magister, doktor, dan spesialis yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi. Mata pelajaran pada perguruan tinggi merupakan penjurusan dari SMA, akan tetapi semestinya tidak boleh terlepas dari pelajaran SMA.

D. Jenis Pendidikan

Jenis pendidikan adalah kelompok yang didasarkan pada kekhususan tujuan pendidikan suatu satuan pendidikan.

a. Pendidikan umum

Pendidikan umum merupakan pendidikan dasar dan menengah yang mengutamakan perluasan pengetahuan yang diperlukan oleh peserta didik untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi. Bentuknya: sekolah dasar (SD), sekolah menengah pertama (SMP), dan sekolah menengah atas (SMA).

b. Pendidikan kejuruan
Pendidikan kejuruan merupakan pendidikan menengah yang mempersiapkan peserta didik terutama untuk bekerja dalam bidang tertentu. Bentuk satuan pendidikannya ialah sekolah menengah kejuruan (SMK).jenis ini termasuk ke dalam pendidikan formal.

c. Pendidikan akademik
Pendidikan akademik merupakan pendidikan tinggi program sarjana dan pascasarjana yang diarahkan terutama pada penguasaan disiplin ilmu pengetahuan tertentu.

d. Pendidikan profesi
Pendidikan profesi merupakan pendidikan tinggi setelah program sarjana yang mempersiapkan peserta didik untuk memasuki suatu profesi atau menjadi seorang profesional. Salah satu yang dikembangkan dalam pendidikan tinggi dalam keprofesian ialah yang disebut program diploma, mulai dari D-1 hingga D-4 dengan berbagai konsentrasi bidang ilmu keahlian. Konsentrasi pendidikan profesi di mana para mahasiswa lebih diarahkan kepada minat menguasai keahlian tertentu. Dalam bidang keahlian dan keprofesian khususnya Desain Komunikasi Visual terdapat jurusan seperti Desain Grafis untuk D-4 dan Desain Multimedia untuk D-3 dan Desain Periklanan (D-3). Dalam proses belajar mengajar dalam pendidikan keprofesian akan berbeda dengan jalur kesarjanaan (S-1) pada setiap bidang studi tersebut.

e. Pendidikan vokasi
Pendidikan vokasi merupakan pendidikan tinggi yang mempersiapkan peserta didik untuk memiliki pekerjaan dengan keahlian terapan tertentu maksimal dalam jenjang diploma 4 setara dengan program sarjana S-1).

f. Pendidikan keagamaan
Pendidikan keagamaan merupakan pendidikan dasar, menengah, dan tinggi yang mempersiapkan peserta didik untuk dapat menjalankan peranan yang menuntut penguasaan pengetahuan

dan pengalaman terhadap ajaran agama dan/atau menjadi ahli ilmu agama.

g. Pendidikan khusus

Pendidikan khusus merupakan penyelenggaraan pendidikan untuk peserta didik yang berkelainan atau peserta didik yang memiliki kecerdasan luar biasa yang diselenggarakan secara inklusif (bergabung dengan sekolah biasa) atau berupa satuan pendidikan khusus pada tingkat pendidikan dasar dan menengah (dalam bentuk sekolah luar biasa/SLB).

E. Teori Psikologi Perkembangan

Sejumlah ide yang koheren mengandung hipotesis dan asumsi yang dapat diuji kebenarannya, dan berfungsi untuk menggambarkan, menjelaskan, dan memprediksi perubahan-perubahan perilaku dan proses mental manusia sepanjang rentang kehidupannya. Teori ini terdiri dari:

a. Teori Biologis

Teori ini merupakan pemikiran dari seorang tokoh Charles Darwin-perspektif evolusioner. Menekankan faktor *nature* sebagai penentu perkembangan manusia: kematangan, dasar-dasar biologis perilaku-proses mental. Teori ini terbagi menjadi:

1. Teori-teori Maturasional
   - Tokoh: Arnold Gessel
   - Asumsi
     a. Perkembangan diarahkan dari dalam maturasi biologis: berjalan, berbicara, kontrol diri.
     b. *Self-regulation*: organisme memiliki kesiapan untuk memasuki tahap perkembangan tertentu memberi sinyal kepada lingkungannya.
2. Teori-teori Etologis
   - Tokoh: Konrad Lorenz, Tinbergen, John Bowlby
   - Asumsi:
     a. Perkembangan manusia sebagai bagian dari histo-

ris evolusioner: cara-cara yang memungkinkan manusia *survive*.

b. *Releasing stimuli*: menangis, senyuman.

c. Sumbangan: metode observasi dalam *setting* alamiah.

d. Teori psikodinamika:
   - Perkembangan manusia sebagai hasil dari proses konfrontasi dan akomodasi antara pertumbuhan individual dan tuntutan sosial, antara dorongan dasar manusia dan tuntutan masyarakat.
   - Memusatkan perhatian pada perkembangan kepribadian-perkembangan perasaan, keyakinan, dan perilaku yang rasional maupun tidak rasional.

3. Teori Psikoseksual/Psikoanalisis
   - Tokoh: Sigmund Freud
   - Asumsi:
     a. Perilaku dan proses mental manusia dimotivasi oleh kekuatan dan konflik dari dalam manusia memiliki sedikit kesadaran dan kontrol atas.
     b. Kekuatan tersebut perilaku manusia menjadi lebih rasional dapat diterima secara sosial.
     c. Libido seksual mengikuti hukum kekekalan energi.

b. Teori Psikososial
   - Tokoh: Erik H. Erikson
   - Asumsi:
     a. Perkembangan kepribadian manusia terjadi sepanjang rentang kehidupan
     b. perkembangan kepribadian manusia dipengaruhi oleh interaksi sosial—hubungan dengan orang lain perkembangan kepribadian manusia ditentukan oleh keberhasilan

atau kegagalan seseorang mengatasi krisis yang terjadi pada setiap tahapan sepanjang rentang kehidupan.

F. Kontribusi Psikologi Terhadap Pendidikan

Tidak dapat dimungkiri lagi bahwa telah sejak lama bidang psikologi pendidikan telah digunakan sebagai landasan dalam pengembangan teori dan praktik pendidikan dan telah memberikan kontribusi yang besar terhadap pendidikan, di antaranya pengembangan kurikulum, sistem pembelajaran, dan sistem penilaian. Terlepas dari berbagai aliran psikologi yang mewarnai pendidikan, pada intinya kajian psikologis ini memberikan perhatian terhadap bagaimana input, proses, dan output pendidikan dapat berjalan dengan tidak mengabaikan aspek perilaku dan kepribadian peserta didik. Secara psiko-logis, manusia merupakan individu yang unik. Dengan demikian, kajian psikologis dalam pengembangan kurikulum seyogianya memerhatikan keunikan yang dimiliki oleh setiap individu, baik ditinjau dari segi tingkat kecerdasan, kemampuan, sikap, motivasi, perasaaan serta karakterisktik individu lainnya. Kurikulum pendidikan seyogianya mampu menyediakan kesempatan kepada setiap individu untuk dapat berkembang sesuai dengan potensi yang dimilikinya, baik dalam hal *subject matter* maupun metode penyampaiannya. Secara khusus, dalam konteks pendidikan di Indonesia saat ini, kurikulum yang dikembangkan ialah kurikulum berbasis kompetensi, yang pada intinya menekankan pada upaya pengembangan pengetahuan, keterampilan, dan nilai-nilai dasar yang direfleksikan dalam kebiasaan berpikir dan bertindak. Kebiasaan berpikir dan bertindak secara konsisten dan terus-menerus memungkinkan seseorang menjadi kompeten, dalam arti memiliki pengetahuan, keterampilan, dan nilai-nilai dasar untuk melakukan sesuatu. Dengan demikian, dalam pengembangan kurikulum berbasis kompetensi, kajian psikologis terutama berkenaan dengan aspek-aspek:

1. Kemampuan siswa melakukan sesuatu dalam berbagai konteks.
2. Pengalaman belajar siswa.
3. Hasil belajar (*learning outcomes*).

4. Standarisasi kemampuan siswa.

Melaui kajian psikologis, kita dapat memahami perkembangan perilaku apa saja yang diperoleh peserta didik setelah mengikuti kegiatan pendidikan atau pembelajaran tertentu. Di samping itu, kajian psikologis telah memberikan sumbangan nyata dalam pengukuran potensi-potensi yang dimiliki oleh setiap peserta didik, terutama setelah dikembangkannya berbagai tes psikologis, baik untuk mengukur tingkat kecerdasan, bakat, maupun kepribadian individu lainnya. Kita mengenal sejumlah tes psikologis yang saat ini masih banyak digunakan untuk mengukur potensi seorang individu, seperti *Multiple Aptitude Test* (MAT), *Differential Aptitude Test* (DAT), EPPS, dan alat ukur lainnya. Pemahaman kecerdasan, bakat, minat, dan aspek kepribadian lainnya melalui pengukuran psikologis, memiliki arti penting bagi upaya pengembangan proses pendidikan individu yang bersangkutan sehingga pada gilirannya dapat dicapai perkembangan individu yang optimal. Oleh karena itu, betapa pentingnya penguasaan psikologi perkembangan bagi kalangan guru dalam melaksanakan tugas profesionalnya.

DAMPAK PSIKOLOGI PERKEMBANGAN PADA KEHIDUPAN MANUSIA

Psikologi perkembangan pada pendidikan di Indonesia mempunyai dampak bagi individu:

a. Perilaku
   Sikap, kebiasaan, dan pola perilaku yang dibentuk selama tahun-tahun pertama, sangat menentukan seberapa jauh individu-individu berhasil menyesuaikan diri dalam kehidupan ketika mereka bertambah tua. Jika perubahan pada masa perilaku pada masa puber kurang baik, maka akan berpengaruh pada sikap terhadap perubahan negatif di usia lanjut dan sebaliknya.

b. Merasa Dihargai
   Apabila orang-orang yang dihargai memperlakukan individu dengan cara-cara yang baru atau yang berbeda, perubahan akan

terjadi. A nak-anak yang diberikan kesempatan untuk lebih bebas mengekspresikan dirinya, membuat mereka mempunyai andil untuk disumbangkan kepada masyarakat.

c. Dampak Kematangan Belajar
Kematangan adalah terbukanya sifat-sifat bawaan individu. Kematangan memberikan bahan dasar untuk belajar dan menentukan pola-pola umum dan urutan-urutan yang lebih umum.

d. Nilai-nilai Budaya
Setiap kebudayaan mempunyai nilai-nilai tertentu yang dikaitkan dengan perilaku individu di lingkungannya. Jika kebudayaannya positif maka perilaku individunya juga akan bersifat positif.

e. Keterampilan
Setiap kelompok budaya mengharapkan anggotanya dapat menguasai keterampilan tertentu yang penting dan memperoleh pola perilaku yang baik untuk diaplikasikan dalam kehidupan sosial masyarakatnya. Jika berhasil, maka akan menimbulkan rasa bahagia dan membawa ke arah keberhasilan dalam melaksanakan tugas-tugas berikutnya.

f. Adanya Risiko
Setiap tahapan perkembangan mempunyai risiko. Risiko perkembangan tertentu dapat berasal dari fisik, psikologis, atau lingkungan, maupun masalah penyesuaian yang tak dapat dihindari.

Kecerdasan Intelektual dan emosional

1. Kecerdasan Intelektual

Sesuai dengan tugas dan tanggung jawab lembaga pendidikan nasional, di mana pendidikan merupakan tanggung jawab bersama antara keluarga, masyarakat, dan pemerintah.

Keluarga merupakan lembaga pendidikan yang pertama dan utama dalam masyarakat, karena dalam keluargalah manusia dilahirkan, berkembang menjadi dewasa. Bentuk dan isi serta cara-cara pendidikan dalam keluarga akan selalu mempengaruhi tumbuh dan

berkembangnya watak, bidi pekerti, dan kepribadian tiap-tiap manusia. Pendidikan yang diterima dalam keluarga inilah yang akan digunakan oleh anak sebagai dasar untuk mengikuti pendidiikan selanjutnya di sekolah.

Tugas dan tanggung jawab orang tua dalam keluarga terhadap pendidikan anak-anaknya lebih bersifat pembenukan watak dan budi pekerti, latihan keterampilan, dan pendidikan kesosialan. Sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang kedua setelah lembaga pendidikan informal (keluarga). Tugas dan tanggung jawab sekolah adalah mengusahakan kecerdasan pikiran dan pemberian berbagai ilmu pengetahuan. Perlu diiingat ahwa tujuan pendidikan di sekolah selalu mencakup tiga aspek yaitu: (1) aspek kognitif; (2) aspek afektif; dan (3) aspek psikomotorik. Ketiga aspek ini saling berkaitan dan bergantung dalam perkembangan dan pertumbuhan anak.

Tanpa ranah kognitif, sulit dibayangkan seorang siswa dapat berpikir. Tanpa kemampuan berpikir mustahil siswa tersebut dapat memahami dan meyakini faedah materi-materi pelajaran yang disajikan.

Kecerdasan intelektual dimunculkan dari dalam kehidupan keluarga, sejak anak dalam kandungan sampai tumbuh berkembang menjadi anak manusia yang hidup sebagai layaknya manusia.

Kecerdasan intelektual itu meliputi kecerdasan yang sangat dibutuhkan dalam perkembangan anak untuk berpikir yang ada dalam otak manusia. Salah satu faktor yang termasuk aspek psikologis yang dapat mempengaruhi kuantitas dan kualitas perolehan pembelajaran siswa, yaitu inteligensi.

Inteligensi pada umumnya dapat diartikan sebagai kemampuan psiko-fisik untuk mereaksi rangsangan atau diri dengan lingkungan dengan cara yang tepat. (Reber, 1988)

Inteligensi sebenarnya bukan persoalan kualitas otak saja, melainkan juga kualitas organ-organ tubuh lainnya yang saling terkait dan tidak dapat dipisah-pisahkan layaknya suatu sistem.

Tingkat intelengensi atau kecerdasan siswa tak dapat diragukan lagi, sangat menentukan tingkat keberhasilan belajar siswa.

2. Kecerdasan Emosional

Dalam makna paling harfiah, *Oxford English Dictionary* mendefinisikan emosi sebagai "setiap kegiatan atau pengolahan pikiran, perasaan, nafsu, setiap keadaan mental yang meluap-luap'"

Emosi lebih merujuk pada suatu perasaaan dan pikiran khasnya, suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak.

Ada ratusan emosi bersama dengan campuran, variasi, mutasi, dan nuansanya. Para peneliti terus berdebat tentang emosi mana yang benar-benar dapat dianggap sebagai emosi primer (biru, merah, dan kuningnya setiap campuran perasaan atau bahkan mempertanyakan apakah memang ada dalam golongan itu.

Kecerdasan emosional merupakan hasil penelitian yang menggemparkan dari Goleman tentang otak dan perilaku yang memperlihatkan faktor-faktor yang terkait mengapa orang yang ber-IQ tinggi gagal dan orang yang ber-IQ sedang/rata-rata menjadi sangat sukses. Faktor ini mengacu pada suatu cara lain untuk menjadi cerdas, apa yang disebut dengan "Kecerdasan Emosional."

Ada tujuh unsur utama kemampuan yang berkaiatan dengan kecerdasan emosional:

1. Keyakinan.
2. Rasa ingin tahu.
3. Niat.
4. Kendali diri.
5. Keterkaiatan.
6. Kecakapan Komunikasi.
7. Kreatif.

KESIMPULAN

Psikologi perkembangan memegang peranan penting bagi individu untuk menentukan arah perkembangan yang normal. Jika penerapannya tepat dan lingkungan sosial mendukung, maka individu akan berkembang menjadi pribadi yang baik.

SARAN

Hal yang terpenting ialah bagi mereka yang bertugas melatih anak-anak hendaknya sadar akan risiko-risiko perkembagan yang biasanya terdapat pada setiap periode rentang kehidupan. Cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi risiko ini ialah kesadaran untuk mencegah atau setidaknya mengurangi risiko yang akan timbul. Hal ini akan menghasilkan dampak yang besar terhadap penyesuaian pribadi maupun sosial anak didik.

PENUTUP

Psikologi berasal dari bahasa Yunani kuno yaitu *psyche* = jiwa dan *logos = kata*. Dalam arti bebas, psikologi adalah ilmu yang mempelajari tentang jiwa/mental. Psikologi tidak mempelajari jiwa/mental ini secara langsung karena sifatnya yang abstrak. Tetapi psikologi membatasi pada manifestasi dan ekspresi dari jiwa/mental ini yakni berupa tingkah laku dan proses atau kegiatannya, sehingga psikologi dapat didefinisikan sebagai *ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku dan proses mental*. Jadi, pengertian psikologi secara harfiah adalah ilmu tentang jiwa. Woodwoth dan Marquis mengemukakan "*psychology is the scientific study of the individual activities in relation to environment*".

Psikologi dalam perkembangannya banyak dipengaruhi oleh ilmu-ilmu lain misalnya filsafat, sosiologi, fisiologi, antropologi, biologi. Pengaruh ilmu ini terhadap psikologi dapat dalam bentuk landasan epistemologi dan metode yang digunakan. Subjek dan objek pendidikan adalah manusia (individu). Psikologi memberikan wawasan bagaimana memahami perilaku individu dalam proses pendidikan dan bagaimana membantu individu agar dapat berkembang optimal.

Adapun arti dari psikologi perkembangan ialah suatu ilmu yang merupakan bagian dari psikologi. Dalam ruang lingkup psikologi, ilmu ini termasuk psikologi khusus, yaitu psikologi yang mempelajari kekhususan daripada tingkah laku individu.

Pada dasarnya, para ahli sepakat mengambil kesimpulan bahwa *psikologi perkembangan* adalah sebuah studi yang mempelajari secara sistematis perkembangan perilaku manusia secara ontogeni, yaitu *mempelajari struktur jasmani, perilaku, maupun fungsi mental manusia sepanjang rentang hidupnya dari masa konsepsi hingga menjelang mati.*

DAFTAR PUSTAKA

Aini Ibunda. *Membaca dan Menulis Seasyik Bermain*. Bandung: Publishing House. 2006.

Aini Ibunda. *Membaca dan Menulis Seasyik Bermain*. Bandung: Publishing House. 2006.

Aswin Hadis Fawzia. *Psikologi Perkembangan Anak*. Jakarta: Depdikbud. 1996.

Aswin Hadis Fawzia. *Psikologi Perkembangan Anak*. Jakarta: Depdikbud. 1996.

Atkinson *et. al., Pengantar Psikologi*. Terjemahan . Jakarta: Erlangga. 1991.

Atkinson *et. al., Pengantar Psikolog*i. Terjemahan. Jakarta: Erlangga. 1991.

Atkison. *Pengantar Psikologi*. Interaksara. Batam: (2 jilid).

B. Harlock Elizabeth. 1978. *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.

Bjorklund, D.F. (2002). *Children's Thinking: Developmental Function and Individual Difference*. Ke-3. Bellmont, CA: Wadsworth.

Bjorklund, D.F. *Children's Thinking: Developmental Function and individual Difference*. Edisi Ketiga. Bellmont. CA: Wadsworth. 2002.

Clifford T. Morgan *et. al., Introduction to Psychology*. Edisi Ketujuh. Singapura: McGraw-Hill. 1986.

Clifford T. Morgan *et. al., Introduction to Psychology*. Edisi Ketujuh Singapore: McGraw-Hill. 1986.

Cole, M. *et. al.,* (2005). *The Development of Children*. New York: Worth Publishers.

Cole, M. *et. al.*, *The Development of Childre*n. New York: Worth Publishers. 2005.

Cooper Robert G. *Child Development*. Jakarta: 1996. Pengantar Pendidikan Pra Sekolah. Jakarta: Depdikbud.

Darajat Zakiah. (1995). *Remaja Harapan dan Tantangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Darajat Zakiah. *Remaja Harapan dan Tantangan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya. 1995.

Davidoff, Linda L. Alih Bahasa: Dra, Marijuniati. *Psikologi Suatu Pengantar*. Jakarta: Erlangga. 1997.

Davidoff. *Pengantar Psikologi*. Terjemahan. Jakarta: Erlangga. 1991.

Davidoff. *Pengantar Psikolog.* Terjemahan. Jakarta: Erlangga. 1991.

Departemen Pendidikan Nasional. *Pengantar Pendidikan Prasekolah*. Bandung. 2003.

Depdiknas Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah. Konsep Dasar Pendidikan Prasekolah. Pusat Pengembangan Penataran Guru Tertulis. 2003.

Desmita. 2005. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Rosda.

Desmita. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Rosda Karya. 2005.

Dewi, Rosmala. *Berbagi Masalah Anak Taman Kanak-kanak*. Jakarta: Departeman Pendidikan Nasional, 2005.

Djamarah Syaiful Bahri. Psikologi Belajar. Jakarta: Rineka Cipta. 2002.

Djamarah Syaiful Bahri. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta. 2002.

Dr. H. Yusuf LN Syamsu, M.Pd. 2008. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Rosda.

E. Laforge Ann. 2002. *Kiat-kiat Meresakan Badai Kerewelan Balita Anda*. Bandung: Penerbit Kaifa.

Elizabeth B. Hurlock. 1980. *Psikologi Perkembangan (Suatu Pendeka-*

tan Sepanjang Rentang Kehidupan). Jakarta: Erlangga.

Elizabeth B. Hurlock. (1980). *Developmental Psychology,* McGraw-Hill. Inc.

Elizabeth B. Hurlock. *Developmental Psychology*. McGraw-Hill. 1980.

Gage and Berliner. *Educational Psychology*. Edisi Keempat. Boston: Houghton Mifflin Company. 1988.

Gage and Berliner. *Educational Psychology.* Edisi Keempat. Boston: Houghton Mifflin Company, 1988.

Gandner, Howard. *Multiple Infetelligence*. Sari Ayah Bunda. 2006.

Handoko Martin. *Motivasi Daya Penggerak Tingkah Laku*. Jakarta: Kanisius. 1992.

Handoko Martin. *Motivasi Daya Penggerak Tingkah Laku*. Jakarta: Kanisius. 1992.

Harlock B. Elizabeth. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga

Hidayat, Otib Satibi. *Metode Pengembangan Moral dan Nilai-nilai Agama*. Jakarta: Pusat Penerbit Universitas Terbuka. 2004.

Hurlock Elizabeth B. *Perkembangan Anak*. Jilid 1. Jakarta: Erlangga 1978.

Hurlock Elizabeth. (1999). *Psikologis Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.

Hurlock, Elisabeth B. (1980). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.

Hurlock, Elizabeth B. *Perkembangan Anak*. Jakarta: Penerbit Erlangga. Edisi ke-6.

Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta, 1991.

Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga. 1980.

Hurlock, Elizabeth. *Psikologis Perkembangan*. Jakarta: Erlangga. 1999.

Jalal, Faisal. *Mengenal Beragam Kecerdasan Anak*. Majalah Padu. 2006.

Jamaris, Martini. *Perkembangan & Pengembangan Anak Usia TK*. Jakarta: Program Pendidikan Usia Dini PPS UNJ. 2003.

Jerry C Reid M. Ed. *Mengajari Anak Berpikir kreatif, Mandiri, Mental dan Analitis*. Jakarta: Prestasi Pustakaraya. 2006.

Jerry C. Reid M. Ed. *Mengajari Anak Berpikir Kreatif, Mandiri, Mental dan Analitis*. Jakarta: Prestasi Pustakaraya. 2006.

Jihad's Weblog. 2008. *Latar Belakang Psikologi Perkembangan*. Google Search.

Jihad's weblog. *Latar Belakang Psikologi Perkembangan*. Google Search. 2008.

Kartini. *Psikologi Perkembangn 2*. Bandung: Depdiknas.

Koeswara, E. *Motivasi Teori dan Penelitinya*. Bandung: Angkasa. 1989.

Koeswara, E. *Teori-Teori Kepribadian*. Bandung: PT Eresco. 1986.

Koeswara. E. *Motivasi Teori dan Penelitinya*. Bandung: Angkasa. 1989.

Komandoko Gamal. 20 *Kiat Membangkitkan motivasi Belajar Anak*. Yogyakarta. Cakrawala. 2006.

Komandoko Gamal. *20 Kiat Membangkitkan motivasi Belajar Anak*. Yogyakarta: Cakrawala. 2006.

Laforge Ann. *Kiat-kiat Meredakan Badai Kerewelan Balita Anda*. Bandung: Penerbit Kaifa. 2002.

Lask, Bryan. (1985). *Memahami dan Mengatasi Masalah Anak*. Jakarta: Gramedia.

Lask, Bryan. *Memahami dan Mengatasi Masalah Anak*. Gramedia. Jakarta. 1985.

Mislak, Henryk, Virginia Staudt Sexton. *Psikologi Fenomenologi Eksistensial dan Humanistis*. Bandung: PT Eresco, 1988

Nadeak, Wilson. (1991). *Memahami Anak Remaja*. Yogyakarta: Kanisius.

Nadeak, Wilson. *Memahami Anak Remaja*.Yogyakarta:Kanisius. 1991.

Pandan Wangi Putri. *Mendidik Anak Prasekolah*. Yogyakarta: Damar Pustaka. 2005.

Pandan Wangi Putri. *Mendidik Anak Prasekolah*. Yogyakarta: Damar Pustaka. 2005.

Patmonodewo Soemiarti. *Pendidikan Prasekolah*. Jakarta: Depdikbud. 1995.

Patmonodewo Soemiarti. *Pendidikan Prasekolah*. Jakarta: Depdikbud. 1995.

Patmonodewo, Soemiarti. *Buku Ajar Pendidikan Prasekolah*. Proyek Pendidikan Tenaga Guru.

Patmonodewo, Soemiati. *Buku Ajar Pendidikan Prasekolah*. Jakarta: Rineka Cipta. 2000.

Piaget, J. *Sosiogical Studies*. London: Routledge. 1995.

Piaget, J. (1995). *Sociological Studies*. London: Routledge.

Prayitno, Irwan. *Membangun Potensi Anak*. Jakarta: Pustaka Tarbiatuna. 2003.

Rahmatia Diah. 2008. *Bagaimana Pertumbuhan dan Perkembangan Manusia?* Jakarta: Boe Media Indonesia.

Rahmatia Diah. *Bagaimana Pertumbuhan dan Perkembangan Manusia?* Jakarta: Boe Media Indonesia. 2008.

Rawuh, Sugeng. 2008. *Sejarah Lintas Psikologi Perkembangan*. Google Search.

Rawuh, Sugeng. *Sejarah Lintas Psikologi Perkembangan*. Google Search. 2008.

Santoso Sugeng. *Problematika dan Cara Pemecahannya*. Jakarta: Kreasi Pena Gading. 2000.

Santoso Sugeng. *Problematika dan Cara Pemecahannya*. Jakarta: Kreasi Pena Gading. 2000.

Santoso, Slamet Iman. *Pembinaan Watak Tugas Utama Pendidikan*. Jakarta: UI-Press. 1997.

Santoso, Slamet Iman. *Pembinaan Watak Tugas Utama Pendidikan*. Jakarta: UI-Press. 1979.

Santrock, John W. *Perkembangan Masa Hidup*. Jilid 1. Jakarta: Erlangga. 2002.

Sarwono, Sarlito W. *Berkenalan Dengan Aliran-Aliran dan Tokoh-Tokoh Psikologi*. Jakarta: PT Bulan Bintang, 2002

Seagian Sondang P. *Teori Motivasi dan Aplikasinya*. Jakarta: Bina Aksara. 1991.

Seagian Sondang P. *Teori Motivasi dan Aplikasinya*. Jakarta: Bina Aksara. 1991.

Siahaan Henry N. *Peranan Ibu Bapak Mendidik Anak*. Bandung: Angkasa. 1990.

Siahaan Henry N. *Peranan Ibu Bapak Mendidik Anak*. Bandung: Angkasa. 1990.

Sidney D. Craig. *Mendidik dengan Kasih*. Jakarta: Kanisius. 1991.

Sidney D. Craig. *Mendidik dengan Kasih*. Jakarta: Kanisius. 1991.

Sidney D. Craig. *Mendidik dengan Kasih*. Jakarta: Kanisius. 1991.

Sjarkawi. *Pembentukan Kepribadian Anak*. Jakarta: PT Bumi Aksara. 2006.

Sudarsono. *Pengantar Kuliah Psikologi Umum*. Fakultas Psikologi Unas Pasim.

Sudarsono. *Pengantar Kuliah Psikologi Umum*. Fakultas Psikologi Unas Pasim. 2004.

Suryabrata, Sumadi. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: Rajawali Press. 1982.

Suryabrata, Sumadi. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada. 2006.

Suryabrata, Sumadi. *Psikologi Kepribadian*. Rajawali Press. Jakarta: 1982. ISBN 979-421-044-7.

Suryabrata, Sumadi. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers. 2004.

Suryabrata, Sumadi. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers. 2004.

Suryabrata, Sumardi. 2002. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Press.

Suryabrata, Sumardi. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali. Press. 2002.

Sutadi Rusda Koto. *Permasalahan Anak Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Depdikbud.

Syamsu Yusuf. (2004). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Syamsu Yusuf. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya. 2004.

Tim Redaksi Ayah Bunda. *Balita dan Masalah Perkembangannya*. Gaya Favorit Press 1994.

Tim Redaksi Ayah Bunda. *Dari A-Z Tentang Perkembangan Anak*. Gaya Favorit Press 1992.

Wahyuning, Wiwit, dan Jash, Metta Rachmadiana. *Mengkomunikasikan Moral Kepada Anak*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo. 2003.

Walgito, Bimo. (2002). *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Penerbit Andi.

Walgito, Bimo. *Pengantar Psikologi Umum*. Penerbit Andi: Yogyakarta. 2002.

Yulia Anna. *Cara Menumbuhkan Minat Baca Anak*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo. 2005.

Yulia Anna. *Cara Menumbuhkan Minat Baca Anak*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo. 2005.

Yusuf LN Syamsu. *Psikologi perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Rosda. 2008.

www.google.com

http://en.wikipedia.org/wiki/Humanistic_psychology]

http://en.wikipedia.org/wiki/Humanistic_psychology]

http://makalahdanskripsi.blogspot.com/2008/07/aspek-aspek perkembangan.

http://makalahdanskripsi.blogspot.com/2008/07/aspek-aspek-perkembangan.

http://www.aaas.org/aboutaaas/affiliates]

http://www.aaas.org/aboutaaas/affiliates]

TENTANG PENULIS

YUDRIK JAHJA, lahir di Tanjung Pinang, Riau pada 14 Mei 1960, dari ayah Prof. Dr. Jahja Qahar, Al, Haj dengan ibu Hj. Safia Jahja. Sejak 1984, mengajar di Universitas Negeri Jakarta (dahulu IKIP Jakarta) dan di perguruan tinggi swasta lainnya. Pernah menjadi ketua program studi Pendidikan Guru Taman Kanak-Kanak UNJ selama dua periode (tahun 2000-2007), juga pernah menjadi Academic and Operational Manager di sekolah swasta di wilayah Bekasi, dan *headmaster* TK-SD di wilayah Jakarta Timur, serta menjadi guru Bimbingan Konseling di SMA swasta di wilayah Jakarta Timur.

Sebagai Sarjana Pendidikan (S-1) jurusan Psikologi Pendidikan di IKIP Jakarta (1982), Magister Pendidikan (S-2) program Penelitian dan Evaluasi Pendidikan (PEP) (1999), serta (S-3) program Manajemen Pendidikan.

Mata kuliah yang diampunya sekarang ialah Psikologi Perkembangan, Pengantar Ilmu Pendidikan, Psikologi Pendidikan, Skripsi, PKL/PPL (Pengalaman Pengajaran di Lapangan), Perilaku Organisasi.

Buku dan bahan ajar yang pernah ditulis yaitu *Wawasan Pendidikan* (Diknas), *Psikologi Pendidikan I dan II* (LP3GT), *Konsep Anak Prasekolah (LP3GT), Kurikulum TK untuk TK swasta, Kurikulum Radhatul Adfal* (RA) *Departemen Agama, Psikologi Perkembangan, dan Perkembangan Anak Prasekolah.*